

## 音楽がひらく、こころの扉

先日の芸術鑑賞会では、弦楽器のコンサートを鑑賞しました。

弦楽器の繊細な響きが空間を満たし、時に力強い音が心に深く届く。

曲が進むにつれて、音楽はまるで物語のように展開し、聴く人それぞれの心の中に、異なる情景や感情を描き出していきます。

静かに目を閉じて聴いていた生徒、リズムに合わせて体を揺らしていた生徒、演奏が終わった瞬間に拍手を送った生徒——それぞれが、自分なりの感受性で音楽を受け止めていた姿が印象的でした。

音楽は、時に言葉よりも深く心に届きます。音楽を聴くことで、心が落ち着いたり、ふと自分の気持ちに気づいたりすることがあります。

それは、音楽が「こころの鏡」として働いているからかもしれません。

今回の芸術鑑賞会が、そんな自分自身との静かな対話の時間になっていたら、とても嬉しく思います。

そして今は、「芸術の秋」。

秋は、自然が色づき、空が高く澄み渡る季節。人の感性が豊かになり、心が何かを求め始める時期でもあります。昔から「読書の秋」「食欲の秋」「スポーツの秋」などと呼ばれるように、秋は人の内面に働きかける力を持っています。

その中でも「芸術の秋」は、心を耕し、静かに整える季節です。

芸術とは、必ずしも特別な技術や知識が必要なものではありません。

音楽を聴くこと、絵を眺めること、詩を読むこと——それらはすべて、自分の心と向き合うための小さな扉です。芸術に触れることで、自分の中にある気持ちに気づいたり、言葉にできなかった思いが少しずつ形になったりすることがあります。

この秋、生徒の皆さんが音楽を通して感じたことが、心の中に静かに根を張り、やがて自分自身を支える力になることを願っています。

芸術は、心の奥にある感情をそっと照らしてくれる光。

そんな光に、少しでも身をゆだねてみる秋も、悪くないかもしれません。

## 【次回のスクールカウンセラー来校日】 11月20日（木）

スクールカウンセラー来校日 年間スケジュール			
12月	18日(木)	2月	12日(木)
1月	15日(木)		

### ◆相談内容の例◆

友人関係、家庭の問題、勉強や進路、自身の性格、部活動、その他ストレスとなること など

悩みや不安があるとき、気持ちを言葉にして人に話すと、前向きになれることがあります。

相談内容の秘密は守られます。安心して利用してください。

希望者は、担任か養護教諭、相談係（原田）に申し出てください。

### \*相談室の利用方法について\*

スクールカウンセラーに相談する以外にも、校内の相談係の先生と相談室で話ができます。

希望する人は、養護教諭、担任、教科担任等、どの先生でもよいので申し出てください。

後日、日時を設定します。（相談室に予約用紙もあります。記入後は原田か養護教諭に渡してください）