





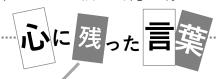


令和7年11月4日発行

「コスパ」という言葉、あなたは使ったことがありますか?「コストパフォーマンス」を略した言葉で、例えば 「コスパ最強」なんて言うと、ある物事を成し遂げるために掛かる費用や労力が一番少ない、という状態を 表します。……ちなみに、私の「コスパ最強」のランチは、冷凍焼き鳥です。ジップロックに入れて冷凍して、 解凍もジップロック。食べる時はお皿も箸もなし。片付けの手間がないという点でコスパ最強です。

さて、この「コスパ」という概念、あなたは気付かぬうちに人間関係にも用いてはいないでしょうか?学校 生活なんて、右を見ても左を見ても赤の他人の集合体。他人と知り合うのも、仲良くなるのも、良好な関係 を維持するのも、目に見えないコストが掛かるものです。

私たちは誰しも、互いに何を考えているのか、100%理解しきることは不可能ですよね。相手と向き合い、 自分の感情とも向き合わなければ、相手との関係を維持したり、修復したりすることはできないはずです。こ の「向き合う」という行為には多大なコストが掛かります。だからこそ、逃げてしまいたくもなる……。けれど、 コスパが悪いからといって、その人間関係を簡単に諦めてしまっていいのでしょうか?誠実に向き合った先 に、今までよりも強い「絆」が育まれることもあるかもしれませんよ。



負けるが勝ち

福山 佐知 先生

『いいなぁ~羨ましいなぁ~気になるう~』『なんかあの子と最近話が合わないな』そんなことを考 えて、落ち込んだり、他人と比較して焦ったりすることはないですか?

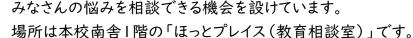
私はある人から「負けることも戦略の一つだ」と教えてもらいました。ついつい『完璧』を求めたり、 『わがまま』を通したかったりしちゃうのが人間だと思います。でもそこで一度立ち止まってみてくださ い。この矛盾する言葉には、話の主導を相手に譲ったり、自分のわがままを通しすぎずにしたりする と、人との関係性を良好に保ち、結果的に大きな信頼や協力を得たり、長い目で見れば得をしたりす るという意味が込められています。

特に3年生のみなさん!推薦入試の始まった今の時期は、勉強に行き詰まったり他人と比較してイ ライラしたりするかもしれません。「今は負けているように見えても、それが未来の勝利につながる」と、 肩の力を抜いて自分らしく受験に向かっていってくださいね。

スクールカウンセラーについて







11月25日(火)16:20~18:20

12月9日(火) 16:20~18:20

※予約制です。担任または相談室に気軽に声をかけてください。