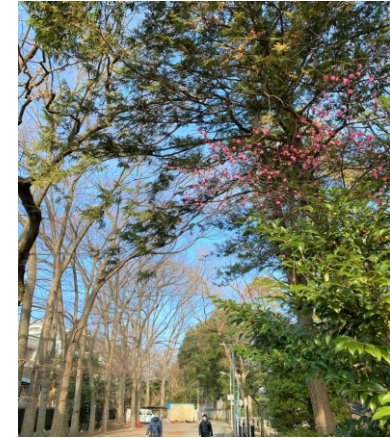


春のしらせ

学生相談室からのメッセージレター January 2022

布田天神社に沿って調布校舎に向かう櫛の並木。その入口に愛らしいピンク色の梅が咲くと、「春だなあ」と思います。

一年でもっとも寒さが厳しい時期に、冬空に伸ばした枝に小さな花を咲かせる姿がなんとも健気で、毎年、つぼみがふくらんで最初の一輪が咲くのを今か今かで見守ります。仙川の新校舎が完成して調布に来る機会がめっきり減り、今年はそのじれったくも楽しみな開花のプロセスをすっかり見逃してしまいました。久しぶりに通りかかると、いつの間にか満開に咲いた梅が、やわらかな冬の陽を浴び、境内からこぼれ出るように微笑みかけています。穏やかな、こころ温まる光景で、なぜだかしみじみ「大変な一年、みんなよくがんばったな」という気持ちになりました。



今は多くの人たちにとって、一年間の（人によっては桐朋生活全部の）総まとめの時期です。学生相談室でも皆さんのお話を聞いて、様々な試練や悩みを経験して歩んできた道のりに、「やっとここまでできたね」と胸があつくなることがしばしばあります。

コロナ禍も2年目、このとんでもない社会の状況に相変わらず振り回され、不本意な制約や、平時には必要のない面倒な手続きに、まだまだ忍耐しなければなりません。コロナがなくなっても、生きていくのは大変です。こんな状況下でも自分の課題や問題と向き合い、試行錯誤し、時に心が折れそうになりながら懸命に努力してきた皆さん、そしてそれをいろんな形で助け、支えてくださった周囲の皆さん、ほんとうにお疲れさまでした。結果はどうあれ、この一年を生き抜いただけですごいことです。簡単な年でなかったことは、学生相談室の小さな窓からでもひしひしと感じられました。

困難が重なってにっちもさっちもいなくなっている人、ひとり悩みを深めたり疲れ果てている人も少なくないのではと、心配しています。

季節はめぐり、もうすぐ春がきて、私たち一人一人にも環境にも、新たなサイクルがスタートします。過ぎた一年がどのような日々であっても、今自分がどんな状態でも、誰でもみんな、またここから新しく始めることができます。すこし休憩が必要なひとはゆっくり休んでリフレッシュして、英気を養いましょう。準備することがあれば、楽しい気持ちで始めましょう。気がかりのある人は、まずそれを目の前に置いて眺めたり、誰かに話してみることからスタートしてもよいと思います。そんないろいろな「春への準備」に、学生相談室がお手伝いできそうなことがあったら、ぜひ声をかけて、あなたのチームに参加させてください。春休み、授業や試験が終わった後も、学生相談室は年度末まで扉を開けて、皆さんをお待ちしています。(コロナ対応でリモートですが、どこからでも相談できる利点があります。相談について心配なことは、気軽にご連絡ください。)

次の一年が、桐朋生の皆さんにとってよりよい、充実した毎日になりますように！

学生相談室カウンセラー
長瀬 恵



〈学生相談室へのご案内〉

心配なこと、困っていることはありませんか？誰かに話してみるのには解決への一歩。学生相談室は来談するみなさんの勇気や思いを大切に、その方が安心して日常に戻っていけるまで伴走します。相談については、本人の了解なく外に情報が洩れることはありません。

現在、新型コロナウイルス感染症予防のため、相談は原則として全てリモートで行っています。申し込みはメールで

- ★名前・所属・学年・専攻・連絡先（電話・メールアドレス）
- ★リモート相談の方法（Zoom・電話・メール）
- ★希望日時（できれば複数）
- ★相談内容（簡単でかまいません）

以上を書いて gakuseisoudan@tohomusic.ac.jp に送ってください。

時々こちらのお返事が届かない方が 있습니다。上記のアドレスからの返信を受信できるように、予めメールの設定を確認してください。