

スクールカウンセラー通信

令和5年12月号

発行者SC 尾野 裕子

スクールカウンセラーおすすめ

心があたたかくなる本

◆児童のみなさん向け

「感情と友だちになろう！ こころキャラ図鑑」



西東社

ふだん生活していると、思いどおりにならないこととたくさん出会い、いやだなって思ったり、はらが立ったり、かなしいきもちになったり…。でも、また、たのしいことがあるとうれしくなり、わたしたちはいろいろなきもちをかんじて、その日、その日を生きています。それは子どもも大人も同じですよね。

この本はわたしたちの心にある28のきもちをキャラクターで

しょうかいし、きもちにはいいところとわるいところ（きもちの

クセ）があり、きもちのクセを知りながら、じぶんの心とうまく

つきあっていくことで心がせいちようしていくと、おしえてくれ

ています。こまったときの「心のさんこう書」にもなります。何といってもユーモラスなネーミングとゆかいなキャラクターのイラストは心がほっこりしてきます。おうちのかたといっしょによんでも「タノシーノ」がとうめんどくさいじょうするかもしれません。



◆保護者のみなさま向け

「今日、誰のために生きる？」

アフリカの小さな村が教えてくれた幸せがずっと続く30の物語

ひすいこうたろう×SHOGEN

幸せがずっと続くその村（アフリカの小さな村）が大切にしていたのは、「日本人」が教えてくれた「心」。作家・幸せの翻訳家ひすいこうたろうさんとペンキ作家SHOGENさんが偶然出会った温泉で、小さな村の村長さんが教えてくれたお話の温泉トークから、すぐに書籍になったという話題の本です。

どこか心がざわざわするような感覚を抱えながらの昨今、効率と評価を求めてきた結果が「心のゆとり」（幸せ）を失ってしまった、という言葉には考えさせられるものがあります。

目次には「抱きしめるようにして話すんだよ」「失敗した人は『人間らしいね。かわいいね』」「失敗が満員御礼になる日」「一番大事なのは、まず自分を大切にすること」「自分が自分の一番のファン」「人を思う時間」…と、目を惹かれる内容ばかりです。寒さが厳しくなるこの季節、冷えた体と心を温めてくれる一冊になることでしょう。



廣済堂出版