



進むのも道

立ち止まって考えるのも道



ハートフルスペースは、中学校卒業後の青少年の悩みに寄り添い、学校復帰や社会参加・自立を応援します。

正月に各ハートフルスペースで「新年書初め」をしました。  
今年目標、大切にしたいことや願いを書き、気持ちを新たにしました。中には、新たなスタートを迎える4月に向けての思いや好きな言葉などを書く人もありました。久しぶりに毛筆に触れる利用者も多く、楽しみながら取り組みました。



「Do not think, feel!」

この言葉は、映画「燃えよドラゴン」で主演のブルースリーが言った台詞です。私は、心が疲れた時、よくこの言葉を思い出し、元気を取り戻すきっかけを作ります。

「Do not think, feel!」を直訳すると「考えるな、感じる」です。

なぜ「考えるな」なのでしょうね。「考える」は、自分が経験したことを言葉に置き換えて整理していく作業です。では、言葉に置き換わらない部分はどうなるの・・・きっと曖昧のまま整理を進めていつているのでしょう。すると、その考えはどこかで行き詰まり、悩みや不安というカタチになって表れる。一生懸命考えても、悩みや不安が小さくならないのは、これが原因の一つなのかもしれません。

だれもが今を精いっぱい生きています。そんなみんなに「Do not think, feel!」は、『がんばることをひと休みしていいんだよ。』『感じるままにぼちぼちでいいんだよ。』って教えてくれているように思います。

教育相談担当 澤 勝也

## 新年度に向けて

「学校に行きたい（仕事がしたい）と思うけど自信がない」、「このままでいいのか、これから先のことが不安」、「誰かに相談したいけど、どこに相談したらよいかわからない」など不安な思いがありましたら、相談は随時受け付けております。お近くのハートフルスペースに連絡ください。



東部ハートフルスペース 0857-28-2388

中部ハートフルスペース 0858-27-1255

西部ハートフルスペース 0859-21-9155

**時間** 月曜日から金曜日（※年末年始、祝日を除く） 9時から15時  
15時以降は下の番号におかけください。

鳥取県教育委員会事務局

いじめ不登校総合対策センター 教育相談担当 0857-28-2322