

こんにちは、オアシスです。実りの秋になりました。秋は、人によってさまざまに変化します。食欲の秋、読書の秋、秋の夜長、天高く馬肥ゆる秋ともいいますね。あなたにとって、どんな秋になっているのでしょうか。

ここでは、**収穫の秋**について取り上げてみようと思います。皆さんは、ハロウィンって知っていますか？

「Trick or treat! 」と聞けば、わかるのではないのでしょうか。

元々のハロウィンは、収穫を喜ぶお祭りです。そのため、外国ではカボチャをジャックオーランタンにくりぬいてホームパーティーをします。一方日本では、衣装をして楽しむお祭りというイメージが強くなっています。

ハロウィンに、衣装してお店に行くと割引になるサービスをしているところもあります。非日常を楽しむのも、ハロウィンならではの楽しみかもしれません。

10月26日は文化祭です。

文化祭に向けての準備が佳境に入っていると思います。でも、だからといって『ちょっと疲れたな』をそのままにいませんか？文化祭が終わるまでだからと思って無理して、体調を崩さないでくださいね。

ハロウィンは収穫祭です。

秋の味覚を食べて、栄養補給！ほっと一休みする時間をちゃんと作ってください。季節のものは、おいしいだけでなく栄養も豊富です。おいしく食べて、元気いっぱいな日々を過ごせるようになると嬉しいです。

では、「Trick or treat! 」人生楽しまないと、もったいないよ～。

## <相談室の担当>

	月	火	水	木	金
休み	千葉	笹原	池田	佐藤	笹原
放課後	カウンセラー	滝田容	苔米地	望月	望月

メールアドレスは so-dan@sths.ed.jp すべて小文字

十月に入ってやっと暑さが和らいできましたね。朝晩は涼しい風も吹いてきて、夜には普段なかなか見ることのない夜空をゆっくり眺められるようになってきました。満月は美と富の象徴であるなどと言われ、昔から月光には神秘的なパワーがあると信じられてきました。



日本では、満月を「十五夜」といいますが、これは旧暦（陰暦）で15日の月のことです。陰暦は日本の昔の暦で、月の満ち欠けの周期を1か月とします。1日は新月で、月がすべて欠けて見えない状態を言い、日がたつにつれて大きく見え、15日には満月となります。その後、月は欠けていき、30日にはほとんど見えないくらいの大きさになります。昔の1ヵ月は30日でした。

このように毎月「十五夜」はありますが、特に旧暦（陰暦）8月15日の月のことを「十五夜」と呼び、「中秋の名月」とも言います。

旧暦では、1・2・3月が春、  
4・5・6月が夏、  
7・8・9月が秋、  
10・11・12月が冬です。

8月15日は秋の真ん中なので、「中秋」というわけですね。この日には月見団子やススキを飾って、月を眺めました。

また、旧暦（陰暦）9月13日の月は、少し欠けた状態の月ですが、「十五夜」に次いで美しい月だと言われ、「十三夜」と呼び、昔は「旧暦（陰暦）8月15日」と「旧暦（陰暦）9月13日」ともにお月見をしました。どちらか片方だけ見ることは「片見月」と言って、よくないと思われていました。



今年の「十五夜」は9月13日（金）、「十三夜」は10月11日（金）でした。やっと涼しくなって月がきれいな時期です。時には月を眺めてパワーをもらい、ゆったりとした気持ちで過ごしたいですね。



相談室に、都市基盤工学科 千葉健寛先生をお迎えしました。よろしくお願ひします。



こんにちは。千葉 健寛（ちば たけひろ）です。10月から科学技術高校に来ました。教育相談室担当で唯一の男性となるので、声をかけにくいと思いますがいろいろな話をする事で気持ちが楽になることもあります。見かけたらぜひ話しかけてください。



### スクールカウンセラーの先生の相談日

石川 美智子先生（臨床心理士）  
相談日 毎週 月曜日（月3回程度）  
15:00~17:00くらい

（10月28日 11月11・18・25日）

