中高生の
リアルお悩み相談室

人間関係

・人見知り
・人の輪に入っていけない

今の時代、SNSもあって人間関係は複雑で息苦しく感じてもおかしくはないですわ。

でも今のままの自分で大丈夫。今は「学校」という世界の中で、そこで上手くできないと不安になってしまうけれど、社会に出ればもっと広い世界があって、気の合う人も必ずいますわ。 だから安心して今の自分の気持ちを大事にしましょう。

でも"仲良くできたら"という気持ちもわかるので、少しアドバイス。
一つ、まずは1対1で、気が合うかな～と思える人とひとこと話してみて。なにかきっかけがみつかるかもしれませんわ。
一つ、自分に自信をつけましょう。何か熱中できるものや、これなら一番と思えるものがあると自信がもてて、緊張が和らぐと思いますわよ。

＜オススメの1冊＞
『友だち幻想』(ちくまプリマー新書)
著者:菅野 仁　出版社:筑摩書房

勉強方法

・勉強をする気が起きない時の切り替え方
・テストの点が伸びない

タイマーを使ってごらん？15分タイマーをセットし、15分勉強、15分休憩を繰り返す。15分という短い時間に区切れば、勉強も集中できるかもしれないよ。
テストの点が伸びないときは、まず、自分がどんな問題を間違えやすいのか確認して、苦手分野を見つけることが大切。テストをやりっぱなしにするのではなく、復習することが必要だよ。

進路

・志望校の決め方

まず、どんな学生生活を送りたいか考える。
通学時間、部活、勉強のレベル、学校の雰囲気は？
自分の理想に近い学校を探すことだな。
将来どんな仕事に就きたいかも分からないって？
将来の仕事については、オレがいる3類の本が参考になるぜ。

体型

・食べても太れない

この悩み、友だちに相談しにくいですよね…。
実は、ぼくも同じ悩みを持っているんです。
健康的に太るためには、タンパク質と脂質をきちんと取り、バランスのよい食事をすることが大切です。
間食はナッツやチーズなど、栄養価の高いものがおすすめ！
そして、運動して筋肉をつけること。ぼくも運動苦手ですが、筋トレに挑戦しています！

その他

・苦手な人と推しがかぶっちまった…
・どうやったら体育を消滅できますか？

どんな人をも虜にする推しを誇りましょう♡

ごめんなさい。
わたくしの力をもっても消滅できなかったものですの…

中高生川柳

・いつの日も　空の青さと　月明り
　PN：文芸的ハーミット
・ストレスは　推し考えて　ふき飛ばせ！
　PN：月光
・生徒手帳　小さな秋を　しまい込む
　PN：なっつ
・勉強中　どことなくくる　眠気がある
　PN：こっちゃん
・ノー勉と　ほざいてる奴　ざけんなよ
　PN：躑躅
・雪が降る　大人がっくり　子どもわい
　PN：クリスマスガール
・風に乗り　想い届けよ　恋の花
　PN：Leo
・冬が来て　布団恋しい　出た瞬間
　PN：まち針
・木枯らしの　落ち葉踏む　並木道
　PN：吉川雄平
・届けるぞ　七色の声　天響け
　PN：サクラ

発行
YAサポーターズ
知多市立中央図書館

知多市岡田字宝ノ脇22番地
Tel(0562)55-4349
Fax(0562)55-2379

[HP] https://www.lib.city.chita.aichi.jp
[Twitter] 知多市立中央図書館
@chita_library

謹賀新年

イラスト：ひらさん

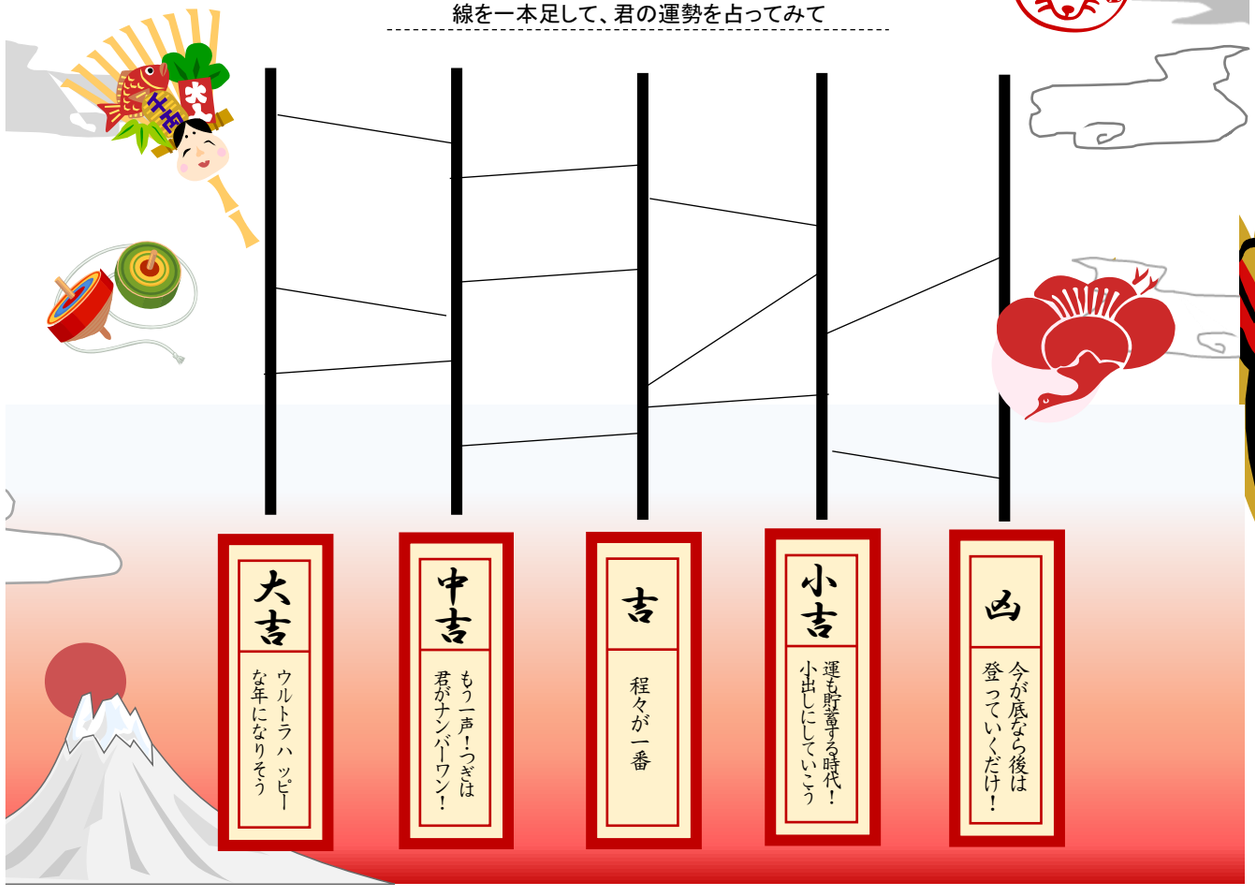
お今年も宜しく願い致します！

第20号
2021年12月20日
発行

Instagram
HP
twitter

2022年の運勢を占おう！開運あみだくじ

線を一本足して、君の運勢を占ってみて



困った時の神頼み！？ 知多市の開運スポット

隠れ写真映えスポット 八幡神社

地名の由来になった神社。
知多市文化財指定の本堂は趣きたっぷり！
境内にある稲荷神社の鳥居も写真映え抜群！
実は、この八幡神社では結婚式が挙げられる。未来の旦那、嫁を探しにお参りに行ってみては？

場所：八幡字荒古後87

日本で唯一？めがねの法師様 大智院

眼病祈願ならここ！
勉強疲れ（実はゲーム疲れ？）の目をめがねをかけたクールな法師様に癒してもらおう！？
さらに、境内にある八百比丘尼手植えの大楠は、長寿、開運、さらには美貌UPのご利益あり？

場所：南粕谷本町1－196

だるまに願いをこめて… 大興寺

開運厄除、合格祈願、病気平癒、どんな願いもだるまにお任せ！？
転んでもあきらめない想いをだるまに込めてお祈りしよう！
願いが叶ったら、左目を書いて奉納することお忘れなく。

場所：大興寺字落田52

PN:のっち

参考：八幡神社HP、大智院HP、大興寺HP
『ぶらりぐるり知多半島2009年版』出版：中埜総合印刷

今年の運勢を最盛するための本紹介

大吉のあなたにオススメ 冒険の本

何事もうまくいく今！新たな可能性を見つける冒険に挑戦してみよう！

＜おすすめの本＞

『冒険図鑑』 著者:さとうち　藍
出版社:福音館書店

中吉のあなたにオススメ 言葉の本

美しい言葉を身につけて、自分も周りの人にも幸せを呼び込もう！

＜おすすめの本＞

『13歳からの「差がつく！言葉えらび」レッスン』
著者:覚来　ゆか里
出版社:メイツ出版

吉のあなたにオススメ 運動の本

筋肉は裏切らない！幸せを掴むため兎に角筋トレだ！

＜おすすめの本＞

『いちばんやさしい自宅トレBOOK』
著者:中野　ジェームズ修一
出版社:宝島社

小吉のあなたにオススメ 物語の本

楽しい物語で幸せ成分を貯蓄しよう！

＜おすすめの本＞

『みかん、好き？』
著者:魚住直子　出版社:講談社

凶のあなたにオススメ 開運の本

もう神頼みしかない…！
悪い運気を祓いたまえ！

＜おすすめの本＞

『自祓い』 著者:吉田　さらさ
出版社:主婦の友社

他にもオススメ

もっと神社とお寺の事を知ろう！

『ほっとする神社とお寺図鑑』 監修:八木　透　編集:リベラル社　出版社:リベラル社

「八百万の神々」と言われるほど多数存在している神仏。そしてその神仏を祀っている神社やお寺も多数存在します。本書は、その中から厳選した100の社寺をわかりやすく紹介しています！

あなたはおみくじのこと、ちゃんと知っていますか？

『神さまの声をきくおみくじのヒミツ』 著者:平野　多恵　出版社:河出書房新社

おみくじは引き直してもいいの？去年持ち帰ったおみくじはどうしたらいいの？そんな素朴な疑問など、あなたが知らなかったおみくじの秘密がぎゅっと詰まった一冊です！