



スクールカウンセラーだより 第1号

文責：岡崎伸義

生徒の皆様へ：スクールカウンセラーの岡崎伸義（おかざきのぶよし）です。



今年度で、3年目になりました。どうぞよろしくお願いいたします。

基本勤務 ⇒ 金曜日の午後2～5時 【月二回程度】

おもに相談室や職員室にいます。

みなさんは高校生活を過ごす中で、人間関係、家族関係、勉強のこと、進路のことなど、困ったり、悩んだりすることはありますか？

人は、<自分ができあがって語る>のではなく、

<自分のことを語りながら、自分をつくっていく>といわれています。

どうぞ遠慮しないで声をかけてくださいね。一緒にたくさん語りましょう！

☆ スクールカウンセラー 7～8月の来校日

7月・・・ 3日（金） 8：30～14：30
【全校朝会・講演】 8：45 ～ 9：15 本校体育館
『気持ちを読み取るヒント～相手を思いやる仕草って？～』
****保護者の方の聴講も可能です！ぜひどうぞ。

10日（金） 14：00～17：00

8月・・・ 28日（金） 14：00～17：00 予定



保護者の皆様へ

今年度も、本校のスクールカウンセラーを務めさせていただくことになりました。小浜高校勤務3年目になります。

思春期真っただ中を生きて（生活して）いる 本人（お子様自身）は、不安や葛藤を抱えていることが多く、親子で葛藤と葛藤が共鳴するようになる場合があるかもしれません。行動面や学習面・対人関係面、親子関係など、本人（お子様）の様子が気になられた時など、どんなことでも結構ですので、お気軽にご相談ください。

来校できる日は限られていますが、ご本人が充実した学校生活を過ごせますよう、また、「自分（ご本人）らしさ」が発揮できますよう頑張ってお手伝いさせていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

★★ 相談の申込み方法 ★★

【生徒のみなさんへ】

- お話を希望する場合⇒ ①担任の先生 ②小嶺先生 ③保健室の寺田先生へ申し出て下さい。

【保護者の皆様へ】

- 原則として、担任の先生や相談部の小嶺先生へ予約を。Tel 74-4115 勤務日であれば、直接、来室していただいても構いません。

*来校日 ⇒ おもに金曜日、午後2～5時

よくある質問

Q：「カウンセリングって何をやるんですか？ 何を話せばいいのですか？」

⇒ A：「話したくなかったときに話す」といいと思います。」

：「話したいことや一番のぞむことを話すのもいいかもしれません。」

：「“話すは放す”とあって、自分からきつさやつらさ、苦しみなどが<放れる>という意味があるんです。」

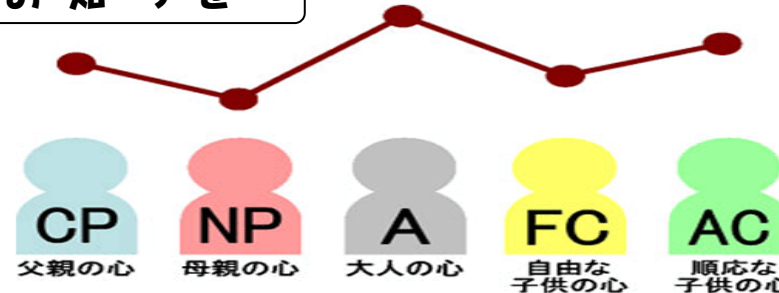
：「自分のよいところが発見できます！」

：「自分で解決するときのヒントが見つかったりします。」

：「『こうなったらいい』、『こうなりたい』という

希望・解決につながるいい変化が起きると思います！」

お知らせ



自分の今の心の状態>がグラフで出てくる簡単な『自己分析』シートがあります。

興味のある方は、試してみてください。遠慮なく声をかけてください。

楽しいよ～！

☆特別支援教育支援補助員☆の紹介 ～生徒の皆さんと年齢が一番近い先生です♪～

笹田 愛 と申します。宜しくお願い致します。4月よりお世話になっています。

私は主に相談室に居る事が多いと思います。出来るだけ多くの生徒と交流したくて取り組んでいることは…①授業【国語・体育・音楽等】への参加やサポート

②昼休みの巡回【全学年】沢山会話が出来たら！☺☘

相談室は相談したい人だけの場所ではなく、自由な時間であれば誰でも入室可能です。いつでも気軽に来てくれたらうれしいです☺☘おしゃべり、待っていますよ！