

相談室だより VOL1

皆さん、はじめまして。この4月からスクールカウンセラーとして国高に来ることになりました岡里美と申します。どうぞよろしくお願いいたします。1年生の皆さんとは先日オリエンテーションでお会いすることができましたが、高校生活には少し慣れたでしょうか？2・3年生の皆さんも新学期を迎え、新たな気持ちで頑張ろうとしていることと思います。これからの1年間、いろいろなことを学び挑戦しながら充実した毎日を過ごしていけるよう願っています。

さて、日頃の生活でちょっと気になっていることはありませんか？例えば・・・

「高校生活がスタートしたけど、ついていけるかちょっと心配」

「友達とうまくやっていけるか自信がない」

「進路がなかなか決められない」

「自分が他人からどう見られているのか気になる」等々・・・

気になることがある時、自分で解決できることもあります。一人で考えていると堂々巡りになってしまい、どうしてよいか分からなくなることもあるかもしれません。そんな時、誰かに話を聞いてもらうことによって新たな物の見方に気付き、気持ちが楽になった経験はありませんか？カウンセラーは皆さん一人ひとりの話をじっくり聴きながら、モヤモヤした気持ちを整理し、どうしたらよいかを一緒に考えていきます。どんなことでも構いませんので、是非気軽に相談室に話しに来てください。

☆保護者の方もご利用ください☆

お子様のことで心配なこと、接し方などで困ることがありましたら、保護者の方もぜひお気軽に相談室をご利用ください。下記の方法でご予約いただけます。

【相談室を利用するには】

☆場所 1階保健室の横

☆開室日時 9時から17時に開いています。水曜日または金曜日に開室します。予約優先です。

☆予約方法 相談室または保健室に直接来るか、電話で予約を取ることができます。
☎042-575-0126（経営企画室）にお電話いただき、「相談室の予約希望」とお伝えください。
開室日は岡、それ以外の日は養護の永井先生が予約をお受けします。

☆その他 相談室には守秘義務があります。お話いただいたことが許可なく第三者に伝わることはありません。

4～5月の相談日

4月19日（水）、28日（金）

5月12日（金）、19日（金）、22日（月）、31日（水）



自己紹介：出身は東京ですが、昨年まで20年余り仙台に住んでいました。これまで小中高のスクールカウンセラーや自治体の教育相談、乳幼児発達相談などに従事してきました。趣味は美術館巡りや笛を吹くこと（？）です。仲間と合奏することがストレス解消になっています。

セララーや自治体の教育相談、乳幼児発達相談などに従事してきました。趣味は美術館巡りや笛を吹くこと（？）です。仲間と合奏することがストレス解消になっています。