

スクールカウンセラー便り

令和8年4月30日

東京都立成瀬高等学校

スクールカウンセラー 長栄薫子・市川亜紀

■ご入学、ご進級おめでとうございます。みなさんは、どのような気持ちで新学年を迎えられましたか？私にとって成瀬高校は2年目なので、去年よりも少し楽な気持ちで4月を迎えました。ただ、長期休みのあとは、少し気合を入れねば！と意識します。人間も動き始めるには、いつもよりエネルギーが必要ですね。それから、去年満開だった桜が、今年は散っていたのは残念でした。このように始まった1年ですが、今年度も相談室を宜しく願います。（長栄薫子）

■ご入学、ご進級おめでとうございます。今みなさんは、とても慌ただしい毎日を送っているのではないのでしょうか。私は成瀬高校は6年目を迎えました。成瀬高校はすぐそばに川が流れていて、本当にすてきな場所にあるなと思います。朝の通勤時、流れる川にかわいいカモを発見し、癒されたことが何度かありました。これからも朝の通勤時は、恩田川のカモや新緑などを楽しみたいなと思います。今年度もどうぞ宜しく願います。（市川亜紀）

【スクールカウンセラー来校日】

	市川 亜紀（原則水曜日）	長栄 薫子（原則木曜日）
4月	8日・15日・22日・30日(木)	9日・15日(水)・23日・30日
5月	13日・20日	7日・21日・25日(月)
6月	3日・10日・17日・24日	3日(水)・11日・18日・25日
7月	1日・8日・15日	2日・9日・16日

勤務時間：9：00～17：30

場所：教育相談室（用務室隣り）

「相談」となると、予約を取ったり、聴いてほしいときに聴いてもらえなかったり、そこまで深刻ではないから…と、敷居が高いかもしれません。「誰かにちょっと話してみよう」という気軽な気持ちで相談室を利用してもらえればと思います。のぞいてみるだけでも歓迎です。相談中でなければ、当日でもお話を聴くことができます。保健室に声を掛けたり、相談室に直接来てもらっても大丈夫です。

【予約の方法】

- *担任・保健室（近藤弘子先生）・前澤やよい先生（国語科）・大垣和裕先生（保健体育科）・渡邊副校長先生に、予約したい旨を伝えて下さい。保護者の方は、いずれかの教員宛にご連絡下さい。お時間ない場合は、お電話によるご相談も受け付けます。
- *カウンセラー来校日に相談室で。
- *相談室前のポストを利用（確認までに時間がかかります）。
- *予約が入っていなければ、当日でもご相談承ります。