

R4年度 スクールカウンセラーの紹介

今年度のスクールカウンセラーは

みつだけ みつお
光武 充雄 先生です

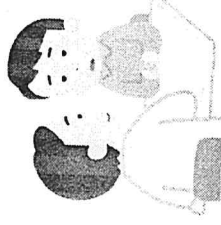
昨年度に引き続き、今年度も担当していただきます

◆来校予定日

一学期	
4月12日	午後
4月26日	午前
5月17日	午後
5月31日	午前
6月7日	午後
6月28日	午前
7月12日	午後

二学期	
9月6日	午前
9月20日	午後
10月4日	午前
10月18日	午後
11月1日	午前
11月15日	午後
12月13日	午前

三学期	
1月17日	午後
1月31日	午前
2月21日	午後



年間17回来校いただく予定です。

*上記の日時は予定ですので、変更になる場合もあります。

- ◆面談場所：教育相談室（管理棟3階、職員室の上です）
- ◆面談希望は、担任か教育相談担当（皆山^{みなやま}）に伝えてください。

勉強のこと、部活のこと、友人関係など、学校生活での悩みや
家族のこと、将来のことなど、困っていることや不安に感じて
いることがあれば、一人で悩まず、相談してください。
ささいなことでも構いませんので、気軽に
利用してください。



【カウンセリングQ&A】



どんなときにカウンセリングを利用したらいい？

勉強・進路・友人関係・部活・容姿に関することなど、悩みを抱えているときや、理由はわからないけど“モヤモヤ”や“イライラ”を感じるときなど、小さなことでも利用してOKです。

カウンセラーの先生ってどんな人？

「心」の専門家です。専門家の視点から、皆さんの話を聞いてください。秘密は厳守されますので、気軽に利用してください。

利用したいときは、どうすればいい？

教育相談担当の皆山まで直接声をかけてもらうか、担任の先生に伝えてもらってもかまいません。また、生徒の皆さんだけでなく、保護者の方も利用できます。学校へ連絡していただくと、予約時間を調整しご案内します。

なるべく授業を抜けたくないんだけど…

午後来校日は、放課後の時間帯での利用も可能です。皆さんの都合や他の予約状況などを踏まえて、利用時間は調整できますので、気軽に相談してください。

来校日以外で、困ったことや心配なことがあったときはどうすればいい？

担任の先生はもちろん、部活動の顧問や保健室の先生など、身近な人で構いませんので相談しましょう。また、教育相談担当の皆山は、おもに理科準備室に在室しています。相談したいことがある人は、気軽に声をかけてください。

先生や身近な人には相談しづらい悩みがあって…

学校以外でも国や自治体が設置している相談窓口があります。電話やLINEなどのSNSで相談できる窓口もあります。困っていること、不安なことがある人は、ひとりで抱え込まずに相談してください。ただし、SNSで知り合った人には要注意です！安易に個人情報など教えないようにしましょう。相談窓口の一覧は、塩田校舎HPにも掲載しています。「教育相談・スクールカウンセラー」のバナーをクリックしてください。

ごあいさつ

新年度が始まりました。スクールカウンセラーでお世話になります光武充雄（みつたけみつお）でございます。どうぞよろしく申し上げます。

新型コロナウイルス感染症で日常生活が奪われて2年が経ちます。その間の子どもたちの状況を見ると、ちょっとしたことで不調におちいり、身体症状や気分意欲の落ち込みが激しくでたり、衝動的な行為に走ったり、人間関係がうまくいかなかったりなどが特徴的だったように思います。やはりその背景として、コロナ禍による社会や学校、家庭のストレスが複合的に押し寄せていることが考えられ、この傾向は今後も続きそうです。

さらに、ここに来て、ウクライナの悲惨な状況が勃発し、社会不安がますますふくらみ、恐怖や不安の心の傷をこうむる度合いも高くなってきています。

ウクライナの人々に一日も早く平和が訪れることを願うばかりですが、こうした有事の状況を考えますと、当り前の「日常」がいかにありがたいか、改めて思い知らされます。何よりも、安心安全で、普段に関わり合う「日常」を大切にしていくことをクロズアップしたいところです。

ともかく、問題行動の予防として、あるいは早期発見や早期対応と一助として、さらには不調からの回復への支援として、保護者の皆様や先生方と連携をさせてもらいながら、子どもたちの成長と幸せのために尽力できればと思っています。どうぞお気軽にご利用ください。