

相談室だより

～生徒の皆さんへ～

豊橋工科高校の皆さん、こんにちは。臨床心理士・公認心理師の柳ヶ瀬健介と申します。

昨年度に引き続き、今年度もスクールカウンセラーとして勤務することになりました。残念ながら来校できるのが月に1回程度になりますが、1年間どうぞよろしくお願い致します。

～簡単な自己紹介～

出身は岐阜県です。趣味は、サッカーや登山、キャンプなど身体を動かすことやアウトドアが大好きです。知らない世界のことを知るのも大好きなので、皆さんの趣味や好きなことをぜひ教えてください！自分のストレス発散方法は、寝ること、食べること、身体を動かすことです。シンプルが一番！！



～相談室利用を選択肢のひとつに！～

高校生は、心身ともに成長し、変化も大きいため、さまざまな悩みを抱えて当然の時期でもあります。1人で抱えて悩むのも時には大事かもしれませんが、ぜひ、誰かに相談してみることを一つの選択肢に入れてみてください。

相談室では、悩み事を一緒に考えて、問題を整理したり、どうしたらいいかを話し合ったりします。「こんなことで相談していいのかな？」と思わず、どんな相談でも大丈夫です。ぜひ気軽に利用してもらえたら嬉しいです。



～相談室の利用について～

- 相談室の利用は、予約制になります。利用を考えている方は、担任の先生や教育相談担当の先生、養護教諭の先生など、話しやすい先生にお知らせください。
- 相談時間は、おおよそ30分～60分程度です。
- 相談室で話された内容は、原則、相談室以外には漏れません。他の人に知られたくないということも安心してお話できる環境です。**秘密は厳守します！**
- 保護者の方にも利用していただけます。皆さんから保護者の方にお知らせしていただいても大丈夫です。

スクールカウンセラー来校日

★1学期	★2学期	★3学期
5月 7日(金)	9月 3日(金)	1月 14日(金)
6月18日(金)	9月 24日(金)	2月 18日(金)
7月 2日(金)	10月 8日(金)	
	11月 5日(金)	
	11月12日(金)	
	12月 3日(金)	



面談を希望する人は、担任の先生または保健室まで申し出てください。

