

R7年度
第1号
R7.4

相談室だより

豊橋工科高校の皆さん、こんにちは。スクールカウンセラーの岡田優果です。また1年間どうぞよろしくお願ひします。皆さんには、新学年特有の良い緊張感をキープしてがんばってもらいたいのですが、不安や焦りも感じやすい時期です。疲れを感じたら、早めにリフレッシュを☺

自己紹介

愛知県民になり2年目になりました。広島出身の私は、「じゃけえ」や「～じゃね」という言い方から抜け出せず、生徒さんとのカウンセリング中につい出てしまうことがあります(^_^;) 堂々と明言できる趣味は特にありませんが、お菓子を作ったり、アロマを楽しんだり、信頼できる人たちとおしゃべりしたりと、ゆったりのにびりするのが好きです。

カウンセラーからのメッセージ

高校生はとても感覚が鋭く、様々なことを吸収できる時期です。それがゆえに、逆に、他者からみると些細なことでも思い悩むことが多かったり、自信をなくしたり、不安になりやすかったりもするものです。未成年であることから、自力でなんとかしたくても制限されることだってあるでしょう。

曲がりくねって遠回りしているようでもちゃんと前に向かって進んでいます。誰かにただ話をきいてもらえるだけで、不安はグンと下がります。自分では思いもよらない解決策が他の人と話すことで見えてくることもあります。友達、先輩や後輩、親、先生たちと同じように、スクールカウンセラーも力になれることがあるかもしれません。強引に話を進めることはありません。現状より少しは良い方向を目指せるよう、一緒に考えていきます。

人の心は非常に複雑。どんな内容のことでも、どんな感情でも、大切な自分の心です。初めて会う人に相談するのは勇気のいることと思いますが、もしよかったらお話に来てくださいね。

利用について

●予約制です

面談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

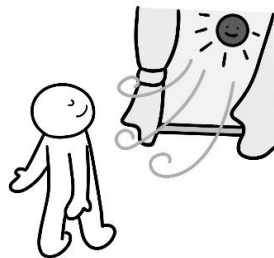
およそ 30 分～60 分です。

●秘密厳守

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。

●保護者の方も利用可

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

5月 9日(金)

6月13日(金)

7月 4日(金)

★2学期

9月 5日(金)

9月30日(火)

10月14日(火)

11月28日(金)

12月19日(金)

★3学期

1月20日(火)

2月10日(火)

3月10日(火)



面談を希望する人は
担任の先生
または
保健室まで
お申し出ください



カウンセラーさん来校日以外にも 相談室でお話できる日があります

予約制ではないので、お話したいな…という時は、声をかけてください。

相談室

初回は
5/15(木)

- 毎週木曜・昼休み に開いています
考査や学校行事などで開いていない日もあります。
開ける日は、朝のSTで連絡します。

- 相談部の先生 とお話できます
3人の先生が交代で相談室を開けます。

本田かづよ先生
(建築デザイン科)

山本まみ先生
(英語科)

本多まり先生
(国語科)

保健室

保健室でも
お話できます。

千駄先生
渡邊先生

