

2019年4月8日

保護者 各位

自由ヶ丘高等学校
校長 辻村克江

スクールカウンセラー配置について（お知らせ）

時下、保護者の皆様におかれましては、ますます御清祥のことと存じます。

また、平素より本校の教育活動に御理解・御協力いただき誠にありがとうございます。

さて、現代社会において、科学技術の高度化や情報化等の進展が著しく、これらは、人々の生活に物質的な豊かさや便利さなど大きな恩恵をもたらす反面、人間関係の希薄化、精神的なストレス等、心身両面にわたり健康上の問題を生みだしています。

本校においても思春期特有の不安や悩み、そして心や体の様々な症状を抱える生徒に対して専門家による指導・助言が必要になっているため、スクールカウンセラー（臨床心理士）を配置しています。

つきましては、下記のとおり、スクールカウンセラーによる相談日を設けますので、御希望の方は、学級担任または、養護教諭（保健室）へ御連絡ください。相談内容の秘密は、厳守いたします。

記

1 相談日 時間

2019年	4月11日（木）	4月26日（金）
	5月10日（金）	5月23日（木）
	6月14日（金）	6月27日（木）
	7月11日（木）	7月25日（木）
	8月 1日（木）	8月22日（木）
	9月 3日（火）	9月26日（木）
	10月10日（木）	10月24日（木）
	11月14日（木）	11月28日（木）
	12月12日（木）	12月20日（金）
	2020年	1月 9日（木）
2月13日（木）		2月27日（木）
3月12日（木）		3月20日（金）
時 間	9時55分～15時40分	

2 相談場所 本校 応接室②（事務室の奥）

3 対象者 本校生徒・保護者

4 指導・助言者 スクールカウンセラー 田中 克江（たなか かつえ）先生

5 申し込み方法 学級担任または学校・保健室へ直接電話申し込みをしてください。
（要：事前予約）

TEL 093-693-3090

*希望日と時間をお知らせください。

(生徒用資料)

スクールカウンセラーによる相談会のお知らせ

緑の美しい季節になりましたが、みなさんいかがお過ごしですか。自由ヶ丘高等学校ではスクールカウンセラーが配置されています。

最近カウンセリングという言葉を目にする機会が多いのではないのでしょうか。みなさんは「カウンセリング」「カウンセラー」というとどんな印象をもっていますか？

今回の案内では、みなさんにスクールカウンセラーについて紹介します。

Q1. スクールカウンセラーって
どんな人？



A1. スクールカウンセラーは臨床心理学にもとづく知識や技術をもち、臨床心理士という資格をもっている心の専門家です。



Q2. どんなときにスクールカ
ウンセラーのところに相談に行
くの？



A2. 悩みや困っている事があるとき、話したいことがあるとき、つらくて意欲がもてない日が続いているとき、朝起きられない日が続いているとき、イライラして落ち着かない日が続いているときなどに相談してください。



Q3. スクールカウンセラー
にはどんな相談ができるの？



A3. 勉強のこと、進路のこと、部活のこと、友だちのこと、家族のこと、好きな人のこと、自分の性格のことなど、気になることや悩んでいることを何でも気軽に相談してください。



Q 4. カウンセリングって
何をするの？



A 4. あなたの相談したいことを自由に話してください。ときには絵を描いてもらったりもします。カウンセラーは話を聞き、アドバイスをしたり、解決方法を一緒に考えたりします。



Q 5. スクールカウンセラーの
ところに行ったらどうなるの？



A 5. 1回会っただけで全部解決できるとは限りませんが、気持ちがすっきりしたり、ほっとしたり、元気ができたりします。風邪をひいたときは薬を飲んでゆっくり休ましたら元気になりますが、大きな悩みを抱えているときや心が傷ついているときは薬や休憩だけで解決することはできません。ゆっくり時間をかけて話し合っていくなかで元気になっていきます。



スクールカウンセラーのことが少しわかっていただけたでしょうか。悩みのあるひとはもちろん、悩みはないけどカウンセリングや自分の性格や心理に関心がある人も相談してみませんか？

* * * * *
* 1. 相談日時・時間

2019年 9：55～15：40

4月11日（木） 4月26日（金） 5月10日（金） 5月23日（木）

6月14日（金） 6月27日（木） 7月11日（木） 7月25日（木）

8月 1日（木） 8月22日（木） 9月 3日（火） 9月26日（木）

10月10日（木） 10月24日（木） 11月14日（木） 11月28日（木）

12月12日（木） 12月20日（金）

2020年 9：55～15：40

1月 9日（木） 1月23日（木） 2月13日（木） 2月27日（木）

3月12日（木） 3月20日（金）

* 2. 相談場所

本校 応接室②（B棟2階 事務室の奥）

* 3. 指導・助言者

スクールカウンセラー 田中 克江（たなか かつえ）先生

申し込み方法：学級担任あるいは、保健室に連絡してください。

* * * * *