

相談室だより

New year, new me. このフレーズは、“心機一転”という意味だそうです。

4月8日に新学期を迎え、新しい学校生活がスタートしました。気持ちも新たに学校生活を送れていますか？ …とはいえ、なかなかうまくいくことばかりではないですね。

自分のもやもやしている気持ちや、心配だなあと思う気持ちを誰かに話をすると心が少し楽になることがあります。学校にはみなさんの相談を聞く専門家で、みなさんの心の整理をしたり、悩みを解決する手助けをしてくれたりするスクールカウンセラー（SC）やスクールソーシャルワーカー（SSW）の先生がいますのでご紹介します。

今年は、SCの後藤佐智子先生、SSWの馬見塚智華先生がいらっしゃいます。

☆ こんなときに相談



友だち、家族、先生、恋愛、部活、将来のこと…
なんとなく元気が出なくて気分がゆううつ。
そわそわして落ち着かない。
夜なかなか寝られない。
相談したいけど、誰に話したらいいのか
わからない…などなど

☆ 相談室の使い方

- ① 担当の先生（椎葉・寺尾・小野）、担任の先生、保健室の先生（生野・財津）などに予約をする。※直接訪ねるのもOK。でも予約した方が確実です。
- ② 日時等をお知らせするので、その時間に相談室（保健室となり）に行く。

☆ SC 来校日(予定:1学期) 月曜日 12:30~16:30 相談室にいます。

4月: 12日, 19日, 26日 5月: 10日, 17日, 24日, 31日
6月: 7日, 14日, 21日, 28日 7月: 5日, 12日

☆ SSW 来校日(予定)

毎週月曜日 10:00~16:45 相談室 または 職員室にいます。
※木曜日の午後いらっしゃるときもあります。

スクールカウンセラー(SC):後藤佐智子先生より

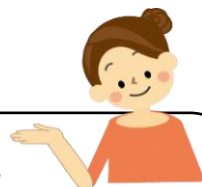
スクールカウンセラーの後藤佐智子(ごとう さちこ)です。

昨年度に引き続き、今年度も日出総合高校で相談をお受けします。

昨年度1年間、たくさんのお話を聴きました。悩みながら、いろいろな事を決断していく場面に何度も出会い、人生の岐路に立ち会った感じでした。

保護者の方のご相談も受けております。話してもらったことは、皆さんの許可なく他の人に話したりしませんので安心してください。どうぞよろしくお願いいたします。

自己紹介



後藤 佐智子(ごとう さちこ) 公認心理師、臨床心理士です。

*趣味…ジャム作り(味見のし過ぎで体重が増えて困っています)

*スクールカウンセラーになって20年が過ぎました。たくさんの人たちと出会い、いろんな事を話し合ってきました。ママやパパになっている姿を見ることも増え心が温かくなります。

スクールソーシャルワーカー(SSW):馬見塚智華先生より

はじめまして、スクールソーシャルワーカーの馬見塚智華(まみづか ちか)と申します。今年度より日出総合高校に勤務させて頂くことになりました。

スクールソーシャルワーカーとしては初心者となりますが、どうぞよろしくお願いいたします。困ったことや心配事があったら、いつでも話に来て下さいね。

一緒に考えていきましょう。ご家族の方も気軽にご相談ください。

自己紹介



馬見塚 智華(まみづか ちか)

☆資格:精神保健福祉士、保育士、幼稚園教諭二種免許

☆スクールソーシャルワーカーとは、学校を基点に子どもたちやその家族が抱える課題を解決する福祉の専門家です。