

教育相談だよ


2019. 5. 21

新学期がはじまって1か月半、長いGWが終わって二週間。元気だと思っ
ても、毎日の学校生活、人間関係、進路のことなど先が見えない毎日だから、心が重くなる日があっ
てあたりまえ。一人で抱え込んでしまう前に話してみませんか。話しているうちに見えてくること、
整理がつくことがたくさんあります。自分の心のコントロールの仕方を見つけることもできます。
もちろん、解決がむずかしい内容は、一緒に考え、よりよい相談先を紹介したりもします。

専門的なアドバイスを希望する人は、担任、教育相談係（1年部 小野・後藤）が保健室に連絡して
ください。予約をとっている人が優先ですが、下記のSC来校日であれば、直接行ってみても大丈夫です。

今年度、こころの支援をしてくださるのは **有馬 圭子 先生** です。
来校されるのは月曜日の午後、14:30～18:30です。

1学期の来校日（予定）			
5月：	20日（月）	27日（月）	
6月：	10日（月）	17日（月）	24日（月）
7月：	1日（月）	11日（月）	



女の子なんだから、もっと優しくしなさいよ



そんなんじゃ、カレシもできないよ

こんな発言に傷ついた経験

はありませんか？

教育相談係はスクールセクハラの相談窓口です。

一人で悩まず、保健室や教育相談係に相談してください。

～有馬先生より～

皆さん、こんにちは。スクールカウンセラー(以下 SC)の有馬圭子です。
豊府高校は今年で3年目になります。これまで、高校生の悩みや困りごとを時間をかけて丁寧に聴かせていただき、どうしたら少しでも気持ちが軽くなるかを一緒に考えさせていただきました。今年度もよろしく願いいたします。

こんなとき SC はお力になります

- 学校での人間関係、学業に関する悩みがある。
- 家族(家庭)に関する悩みがある。
- 自分自身のことについて悩みがある。
- よくわからないが、不安がある。 など

人に話すことで、自分が何を考えているかはっきりしてることがあります。
また、「自分はこれでいい」と自己肯定感を取り戻す機会になることもあります。
面談中 の札がかかっていない時には、予約していなくても一向にかまいません。
誰かと一緒でも大丈夫。お気軽に相談室をのぞいてみて下さい。

ここでも相談できます

大分県 中央児童相談所	0120-462-110
大分県 こころとからだの相談支援センター	097-541-5276
大分大学 大分大学心理教育相談室	097-554-7555
大分県 ポランの広場 (教育支援センター)	097-569-0829

