

# 相談室だより

## 1. 令和5年度 スクールカウンセラー来校日程

新緑の候、若葉のみどりが目にしみる季節になりました。新しいクラスに慣れ、自分のペースで学校生活が送れているでしょうか？

スクールカウンセラー 臨床心理士 柳ヶ瀬 健介先生

- |             |             |
|-------------|-------------|
| ① 4月28日(金)  | ⑦ 11月17日(金) |
| ② 5月26日(金)  | ⑧ 12月 8日(金) |
| ③ 6月16日(金)  | ⑨ 1月26日(金)  |
| ④ 7月 7日(金)  | ⑩ 2月16日(金)  |
| ⑤ 9月22日(金)  | ⑪ 3月15日(金)  |
| ⑥ 10月13日(金) |             |

- ・困ったことや悩んでいることがあれば、気軽に相談に来てください。
- ・スクールカウンセラーの相談を希望する場合は、担任の先生、相談係(石井)、養護教諭まで、申し出てください。

## 2. 県内の教育相談機関 県内の相談機関で電話相談も実施しています。

1. 教育相談室 [愛知県総合教育センター] **0561-38-2217**  
月～金 9:00～17:00 電話相談、面接相談
2. いじめホットライン(24時間)[愛知県教育委員会] **0120-0-78310**
3. こころの電話 [愛知県教育・スポーツ振興財団] **052-261-9671**  
年末年始を除く毎日 10:00～22:00  
(22:00～10:00も臨床心理士が在宅で電話相談を受けます。)
4. なごやいのちの電話(毎日24時間) **052-931-4343**
5. あいちこころほっとライン365(9:00～16:30、毎日) **052-951-2881**

**困ることは誰でもあります。一人で悩まずに、相談を！**

## スクールカウンセラーからのメッセージ

～生徒の皆さんへ～

安城東高校の皆さん、こんにちは。臨床心理士・公認心理師の柳ヶ瀬健介と言います。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ひします。

～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ね！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20分～30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。