

NO.2

# 教育相談だより

平成29年4月17日



©美術・写真部 黒板アートより

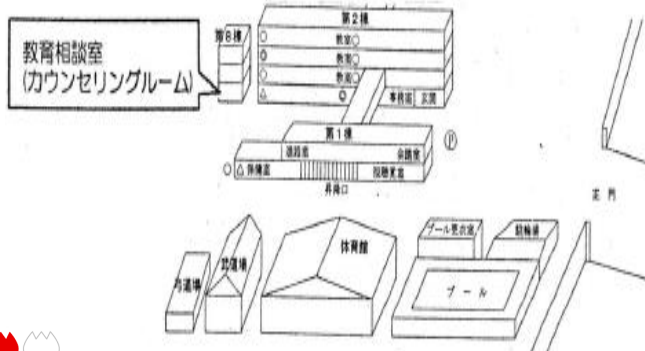
平成29年度が始まって10日ほどたちましたね。

緊張が続く日々を送っている人も多いと思いますが、からだの調子、こころの調子はどうですか？  
本年度の教育相談室相談業務について紹介します。



## 教育相談室について

教育相談室の場所は8棟1階です。こちらで、カウンセリングやグループトレーニングを行います。4月は月曜日から金曜日の昼休み（予鈴まで）と放課後（16:30まで）、教育相談室を開放しています。気軽に話しに来てください。そして今年度、美術・写真部のみなさんが、黒板アートに挑戦してくれました。見ているだけでも心が落ち着きます。ぜひ、覗いてみてください。



## 教育相談担当

中村 穂野（12HR 担任、地歴公民科）

「ため息をつくると幸せが逃げる」と聞きますが、私は「はあ〜」というより「ふう〜」と、溜まったものを外に出します。隙間を空ければ小さなハッピーがきっと舞い込む！

村松 昌子（1年部、養護教諭）

人に話を聞いてもらおうと、楽になりますよね。ちっちゃな事でも、ひとりでかかえこまないで気楽に相談してください。

島崎 聖子（2年機械科A 副担任、英語科、教育相談室長）

家事ならクリエイティビティが求められる料理より掃除が断然好き。そんな私もいいかな、と割り切っています。今年もよろしく。

繁田 亜友子（2年電子電気科 担任、工業科）

心に疲れがたまってきたかなと思ったら、気軽に相談室を訪ねてください。

笹川 裕之（3年部、数学科）

年齢だけは沢山重ねてきましたので、ベテランの味を出せるといいなと思っています。気軽に相談に来てください。

細田 朋子（3年環境設備科 副担任、家庭科、教育相談）

私のストレス解消法は、本を読んだり手芸したりその時々で違いますが、なんでストレスってたまってしまうのでしょうか。みなさんの解消法でおススメがあったら教えてください。よろしくお願ひします。



橋本 秀夫スクールカウンセラーより

新入生の皆さん、入学おめでとうございます。スクールカウンセラーの橋本です（はしさんと呼んで下さい）。私は今年 71 歳、カウンセラー歴 11 年目、当校では 5 年目を迎えました。60 歳までは設計者やマネージャーとして会社勤めしてきましたが、皆さんがハッピーな毎日を送るために、私の経験や新しい心理学が必ず役に立つと思っています。悩みや困りごとだけでなく、将来のことなど何でも話しに来て貰えたら嬉しいです。

内野 千珠子スクールカウンセラーより

掛工 9 年目のスクールカウンセラー内野千珠子です。よろしくお願ひします。私が今、取り組んでいることは、一日の終わりに「三つのよいこと」を書き続けることです。なぜそれをするかと言いますと、日常のごく当たり前のいいことを「よかったなあ。」と味わうことで、自分の幸せな気持ちがアップするからです。皆さんも日常の良かったことに目を向けてみてくださいね。でも、色々なことがあって当たり前。不安や悩みは一人で抱えずに話してみることで、「放す」こともできます。気軽に話に来てくださいね。



カウンセラー来校日予定（場所：カウンセリングルーム、時間：13:30～17:30）

H29 4月	内 13(木)・橋 19(水)・内 27(木)	10月	内 4(水)・橋 18(水)・橋 25(水)
5月	橋 11(木)・橋 17(水)	11月	内 8(水)・橋 15(水)・橋 22(水)
6月	内 8(木)・橋 14(水)・橋 21(水)	12月	内 13(水)・橋 18(水)
7月	内 7(金)・橋 18(火)・橋 24(月)	H30 1月	内 10(水)・橋 17(水)・橋 24(水)
8月		2月	内 14(水)・橋 21(水)
9月	内 6(水)・橋 13(水)・橋 20(水)	3月	橋 9(水)

内…内野 S C、橋…橋本 S C

### 1 年間の予定(生徒対象)

H29 4月		・こころとからだの健康調査
5月	・1年3分間カウンセリング(5月～6月) ・いじめ調査	・グループトレーニング①
6月	・1年道徳教育	・グループトレーニング②
7月		・グループトレーニング③
8月		
9月	・1年グループエンカウンター	・グループトレーニング④
10月	・こころとからだの健康調査 ・いじめ調査	・グループトレーニング⑤
11月		・グループトレーニング⑥
12月		・グループトレーニング⑦
H30 1月		
2月	・いじめ調査	
3月		

※教育相談だよりは掛川工業高校ホームページに掲載します。