



相談室だより

令和7年度第 10 号
令和8年1月 22 日
三島長陵高等学校
相 談 室

こんにちは!スクールカウンセラーの鈴木です。

2月に入ります。『2月は逃(2)げる』と言われ、時間の過ぎるのは早いものです。

また、「早く暖かな春になってほしい」という人々の願望のあらわれかも…。

そんな中、先日本校の図書室をのぞいてみました。机に向かって、本を開いている生徒は、私が通り過ぎるのも知らずか、一冊の本に向かい「ウン、ウン」とうなずいていました。どんな本を読んでいたのか分かりませんが、きっと、その生徒の心に響くような文章に出会っていたのかも知れません。

本ははるか昔に書かれたものや、遠い国のものなどさまざまで、できるだけ自分から隔たった人の言葉に触れ、自分では出来ないことを追体験したり、また違う視点を教えてくれたりします。(朝日新聞、「折々のことば」筆者、審査委員長 鷲田清一) また、文章を書くとき、思いや表現を豊かなものにし、読む人に心地よさを伝えられるようになります。

『心に栄養を!』さあ、スマホにかじりついてばかりいる君。図書室には沢山の本が待っています。逃(2)げないうちに読んでみたら… (第10号担当:スクールカウンセラー鈴木武幸)



今年度からSSWとして、長陵高校に勤務しています。私は社会福祉士、公認心理師という二つの国家資格を活かして働いています。40代の時に大学で学び直し、取得した資格です。

子供の頃から自分は運が悪いと思い、何かのせいにしてばかりいました。親のせい、才能がない、団塊ジュニアで同年代が多い、就職氷河期だから等々。できない理由探しの名人でした。どう生きたいか見えてきたのは30代半ば。できない理由はたくさんありましたが、やる理由が勝り、紆余曲折しつつ、今があります。

「どうせ」「でも」「無理」とつぶやきがちな人はいませんか?相談室には多様なサポーターが揃っています。話すことで考えや状況が整理され、未来が見えてくることもあります。気負わずにノックしてくださいね。

令和八年、あなたはどのように生きたいですか? (第10号担当:スクールソーシャルワーカー石田香織)

きりとり

相談申込書

記入日()月()日

HRNO()氏名()

希望日時:()月()日()曜日 時間(:)ごろ~

相談者希望 (〇をつけてください)⇒・誰でもよい・希望がある ()先生を希望

相談内容:〇をつけてください⇒ 学業・人間関係・進路・身体・家族・その他()

連絡方法:① 携帯で 携帯番号() ② 担任を通して

この用紙を
相談室前ポストに入れる
または
相談室の職員が担任に渡す



こんげつ 今月のスクールカウンセラー・ソーシャルワーカーの来校日 らいこうび

<p>スクールカウンセラー いしかわいこ 石川令子先生</p> <p>○2/6(金) 15:15-20:15</p>	<p>スクールカウンセラー うさみたかこ 宇佐美貴子先生</p> <p>○2/5 (木) 13:00-17:00</p> <p>○2/12 (木) 13:00-16:00</p>	<p>スクールカウンセラー すずきたけゆき 鈴木武幸先生</p> <p>○2/4 (水) 11:00-13:00</p> <p>○2/18 (水) 11:00-13:00</p>	<p>スクールカウンセラー わかおみちこ 若尾美智子</p> <p>○2/19 (木) 9:00-15:00</p>	<p>スクールソーシャルワーカー いしだかおり 石田香織先生</p> <p>○2/4(水) 10:00-16:00</p> <p>○2/25(水) 10:00-16:00</p>	<p>スクールソーシャルワーカー みよしてつし 三好徹史先生</p> <p>○2/5 (木) 11:30-17:30</p> <p>○2/12 (木) 11:30-17:30</p>
--	---	---	--	---	---

めんだん じぜんよやく ひつよう
面談には事前予約が必要です。

ほごしや かた りよう
保護者の方も利用できます。

----- きりとり -----

相談申込書

記入日()月()日

この用紙を
相談室前ポストに入れる
または
相談室の職員が担任に渡す

HRNO()氏名()

希望日時:()月()日()曜日 時間(:)ごろ~

相談者希望 (○をつけてください)⇒ 誰でもよい・希望がある ()先生を希望

相談内容:○をつけてください⇒ 学業・人間関係・進路・身体・家族・その他()

連絡方法:① 携帯で 携帯番号() ② 担任を通して

累積時間数	累積時間数	累積時間数	累積時間数	累積時間数	累積時間数
石川	宇佐美	鈴木	若尾	三好	石田
	2/5 (木)	2/4 (水)	2/19 (木)		2/4(水)
	13:00- 17:00	11:00-13:00	9:00- 15:00		10:00- 16:00
	2/12 (木)	2/18 (水)			2/25(水)
	13:00- 16:00	11:00-13:00			10:00- 16:00

SC				SSW			
石川	時間数	宇佐美	時間数	三好	時間数	石田	時間数
11/14 (金)		11/13 (木)		11/6 (木)		11/26(水)	
15:15-20:15	6	13:00-17:00	4	11:30-17:30	6	10:00-16:00	6
11/21 (金)		11/20 (木)		11/13 (木)			
15:15-20:15	6	13:00-17:00	4	11:30-17:30	6		
		11/27 (木)		11/20 (木)			
		13:00-17:00	4	11:30-17:30	6		
				11/27 (木)			
				11:30-17:30	6		
	2		3		4		1
	12		12		18		6
					1		
12/5 (金)		12/2 (火)		12/4 (木)		12/17(水)	
15:15-20:15	5	13:00-17:00	4	11:30-17:30	6	10:00-16:00	6
12/11 (木)		12/4 (木)		12/11 (木)			
8:30-11:30	3	13:00-17:00	4	11:30-17:30	6		
		12/11 (木)		12/17 (木)			
		13:00-17:00	4	11:30-17:30	6		

石川	宇佐美	鈴木	若尾	三好	石田
	6/5(木)	6/4(水)	6/9 (月)	6/12(木)	6/11(水)
15:15-20:15 (金)	13:00-17:00	11:00-13:00	9:00-15:00	11:30-17:30	10:00-16:00
	6/12(木)	6/18(水)		6/19(木)	
15:15-20:15	13:00-17:00	11:00-13:00		11:30-17:30	
6/30 (月)	6/19(木)			6/26(木)	
15:15-20:15	13:00-17:00			11:30-17:30	
	6/26(木)				
	13:00-17:00				