

相談室だより
Hand in Hand Vol. 8
手に手をとって



大阪府立佐野工科高等学校 保健人権部 教育相談係 発行

こんにちは、
相談室です。

季節は正直なもので、10月を迎えてからは急に秋らしくなって、開放した教室の窓から気持ちのいい秋の風が入ってくるようになりました。

先日、廊下の窓から外を眺めしみじみと秋の空気感に浸っていると、窓の下から数人の生徒さんに大声で、「先生、どうした～ん。何たそがれてる～ん。」と声をかけられました。ストレートで明るい声に気持ちが和みました。生徒さんは元気ですね。

さて、9月臨時号で本校に来られているスクールカウンセラーの大畑 豊先生のコラムをご紹介しましたが、今月也大畑先生から皆さんにコラムが届いています。ご紹介しましょう。



悩めるのも力

こんにちは、スクールカウンセラーの大畑です。

今、何かに悩んでいますか？ それはどれくらい深刻ですか？ 人って「悩み」があるとすぐに解消したくなりますが、別に解消しなくてもいい「悩み」があると思うんですね。答えのない悩みなんて、いっぱいあります。また、答えに時間がかかる問題もいっぱいあります。SiriもAlexaもルンバでも解決しないんです。

悩み続ける、悩みを抱え続けるということも時には大切です。それがいつか自分だけの答えとしてやってきたりします。そして **その答えが大事な宝物** になったりもします。



悩みを抱える力、ゆっくりと見つめる力も大事だと思います。それでも、辛くなれば、誰かと共有してみても、その悩みをいっしょに見つめてみて下さい。きっと何かが見えてきます。



裏にも案内が続きます。

スクールカウンセラー

臨床心理士

大畑 豊 先生の 教育相談

来校日

10月 27日 (火)
11月 17日 (火)
12月 1日 (火)
1月 12日 (火)
2月 9日 (火)

◎ 生徒も保護者の方も
相談することができます。

時間 12:00 ~ 17:00

保護者の皆様へ

スクールカウンセラー大畑先生の教育相談では、お子さんに関する様々な相談を受け付けています。高校の3年間は中学生のとき以上に、心が大きく成長する時期です。

学校では気を張って頑張っているお子さんも、家庭では疲れた様子を見せることがあるかもしれません。お子さんのこと、学校のことなどで心配なことがありましたら、どうぞ遠慮なくご相談ください。



ご相談の際は、一週間前までに学級担任かスクールカウンセラー担当の豊嶋まで、ご連絡をお願いします。

この「相談室だより」は、必ず持ち帰って保護者の方にも読んでもらってください。
(本校のHPからも見るすることができます。)



(時間 お昼休み 12:45~13:10)

部屋
定時制棟の2階

10月

開室日

在室教員

7日 (水)	淀川 t
14日 (水)	伊達 t
21日 (水)	淀川 t
26日 (月)	豊嶋 t



部屋
定時制棟の2階

11月

開室日

在室教員

5日 (木)	益居 t
11日 (水)	淀川 t
20日 (金)	上田 t

左記以外の日でも、「ちょっと話をしたいな」「話を聞いてほしいな」と思ったときは、教務職員室(本館二階)の淀川に気軽に声をかけてください。

ちよっこ
相談室

「気持ち」とは、目に見えなくて形もありません。だからこそ、「自分の気持ちに近い言葉」「自分の気持ちを表す言葉」を、見つけることが大切かもしれません。形のない気持ちを言葉にできたら、自分の中で色々な感情が湧き起こったときに、自分をわかってもらえたり、相手の気持ちも理解できたりすることがあります。
★「相談室」では、あなたの中の様々な気持ちを言葉に紡(つむ)いでいくお手伝いをしています。気軽に扉をノックしてみてください。