

ゆるりすと

～Open The School World～

no.4

大和川・センター附属高校の生徒相談室（ゆるりすとルームという名前はどうかな…と思っています）の小寺です。いよいよ本格的な夏の暑さがやってきましたね。空を見上げると入道雲がむくむくとわいてきています。おなじように元気がむくむくとわいてくるといいのですが、逆に暑さで体だけでなく心までくた～～っとなってしまうこともありますよね。そんな時、もし、気が向いたら相談室（ゆるりすとルーム）をのぞいてみてください。

さて、（だいたい）隔週木曜日（1時から4時）臨床心理士の金先生が来てくださっていますが、7月より（だいたい）隔週水曜日10時半から12時半まで、山口智子先生が来校されることとなりました。



◆◆こにちは。

今年度からスクールカウンセラーとして赴任しました山口智子（やまぐちともこ）です。

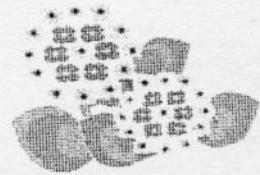
下は小学生から上は大学生（およびその保護者の方）まで、毎日いろいろな年代の方のお話を伺っています。ところで皆さんはカウンセリングにどのようなイメージをお持ちですか？

大阪市や大阪府の中学校出身の生徒さんは、母校にも定期的にカウンセラーが来校していたはずですし、実際にカウンセリングルームを利用した人もいるかもしれません。また、これまでカウンセラーと関わりがなかった人も、カウンセリングを特別視せず、気軽に体験してみてください。

「話しただけでは現実は何も変わらない。」と思うでしょうが、心の中で「辛い。しんどい。」と考えるのと、声に出して誰かに相談するのとでは、脳の働きが大きく違うことが近年の研究で分かっています。

人と共有し、問題を整理することで、悩みは解決の方向に向って一歩前進しているはず。

そんな共有者の一人に、よければスクールカウンセラーも加えてくださいね。



◆ 次の金松美先生の来校日は、6月30日（木）です。

山口智子先生の来校日は、7月6日（水）です。

1学期の来校はこれで終わり。

2学期は 8月31日（水）10時半～12時半 山口先生

9月8日（木）1時～4時 金先生 からスタートです。

相談の予約をしたいという人は、担任の先生あるいは、教育相談係の先生（1年 宮田先生、2年 鈴木先生、3年 原園先生、伊藤先生）に申し出てください。保健室、相談室、でも受け付けています。

◆ 相談室は毎日昼休みに開室しています。

ときどきは、放課後も開室しています。

◆ 詩2編 ハ木重吉

光

ひかりとあそびたい
わらったり
哭（な）いたり
つきとばしあったりしてあそびたい

美しくみる

わたしの
かたわらにたち
わたしをみる
美しくみる

