



## 生徒・保護者の皆さまへお知らせ

# 相愛中学校・高等学校に スクールカウンセラーが配置されます！

平成 22 年度から、相愛中学校・高等学校にスクールカウンセラーが配置されることになりました。

### スクールカウンセラーって？

スクールカウンセラーは、自分のことや家族のことで困っていること、悩んでいること、どうしていいかわからないことなどを、どうしたらいいか、何ができるか、問題の解決や改善に向けて一緒に考える人、授業で教える「教師」ではなく、相談に応じるこころの専門家です。

### 相談を受けるカウンセラーは...？

臨床心理士の西井恵子です。相愛中学、高校以外でもスクールカウンセラー経験があり、いろいろな相談室で、3歳の幼児から70歳代の方まで年齢層も幅広くお会いしています。また、相愛大学でも非常勤で心理学を教えています。こころの専門家ですので、相談の秘密は守られます。ご希望や必要に応じて、学校（担任や養護教諭）と一緒に話し合ったり、他の相談機関（病院・子ども家庭センターなど）を紹介・連携したり、様々に対応していきます。

### どんな相談があるの？

生徒の皆さんからの相談では、自分のこと（気分や体調など心や身体のことも含めて）、先生や友達のこと、恋愛相談、家族（両親や兄弟・祖父母など）のこと、学習（進級・進学・やる気がしない）、具体的には、気になって仕方がないことがある（何も関心がない・感じない）、動けない（イライラ、ソワソワする）、食べられない（食べない・食べ過ぎる）、眠れない（寝過ぎる）、何も手につかない、学校に行きたくない、人間関係が分からなくなった...などいろいろです。

保護者の方からの相談では、親子関係や学校での心配（勉強や友達関係）、子どもの性格や様子、雰囲気や態度、テレビ番組や本の内容で気になっていること...など様々なご相談があります。

### 相談の申込は...？

相談日：基本的に毎週木曜日 午前9時～午後5時45分

申込方法：生徒の場合 担任の先生や養護教諭の先生に予約

保護者の場合 副校長の加藤先生に予約 TEL：06-6262-0621（代）

相談時間は、予約の人が優先されます。

相談場所：カウンセリングルーム（保健室の横）

### 担当のスクールカウンセラー西井恵子より一言

テレビやパソコン、本からのいろいろな情報の氾濫（はんらん）のために、逆に迷ったり、自信を失くしたり、自分を見失ってどうしたらいいかわからなくなり、心や身体が疲れたり、必要以上にイラついたりしやすいように思います。

スクールカウンセラーは、たくさんの情報、厳しい現実の中で、ひとりひとりに合った自分のための「どうすればいいのか」「何が大切なのか」の方向性を考え、解決に向かえるように...と一緒に考えていきます。

まずは、気軽にカウンセリングルームに来てみませんか？

一度、部屋を  
のぞいてみてね！



## スクールカウンセラー来校予定表

スクールカウンセラー名 : 西井 恵子 先生

来校曜日 : (原則) 各月 木曜日

時間 : 9:00 ~ 17:45

申込方法 : 生徒の場合は担任先生か養護教諭の先生に予約してください。

保護者の場合は副校長(加藤)先生 06-6262-0621(代)に予約してください。

来校予定日 :     の太字は来校日です。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1木	1土	1火	<b>1木</b>	1日	1水	1金	1月	1水	1土	1火	1火
2金	2日	2水	2金	2月	<b>2木</b>	2土	2火	<b>2木</b>	2日	2水	2水
3土	3月	<b>3木</b>	3土	3火	3金	3日	3水	3金	3月	<b>3木</b>	3木
4日	4火	4金	4日	4水	4土	4月	<b>4木</b>	4土	4火	4金	4金
5月	5水	5土	5月	5木	5日	5火	5金	5日	5水	5土	5土
6火	6木	6日	6火	6金	6月	6水	6土	6月	6木	6日	6日
7水	7金	7月	7水	7土	7火	<b>7木</b>	7日	7火	7金	7月	7月
<b>8木</b>	8土	8火	<b>8木</b>	8日	8水	8金	8月	8水	8土	8火	8火
9金	9日	9水	9金	9月	<b>9木</b>	9土	9火	9木	9日	9水	9水
10土	10月	<b>10木</b>	10土	10火	10金	10日	10水	10金	10月	10木	<b>10木</b>
11日	11火	11金	11日	11水	11土	11月	<b>11木</b>	11土	11火	11金	11金
12月	12水	12土	12月	12木	12日	12火	12金	12日	12水	12土	12土
13火	<b>13木</b>	13日	13火	13金	13月	13水	13土	13月	<b>13木</b>	13日	13日
14水	14金	14月	14水	14土	14火	14木	14日	14火	14金	14月	14月
<b>15木</b>	15土	15火	<b>15木</b>	15日	15水	15金	15月	15水	15土	15火	15火
16金	16日	16水	16金	16月	<b>16木</b>	16土	16火	<b>16木</b>	16日	16水	16水
17土	17月	<b>17木</b>	17土	17火	17金	17日	17水	17金	17月	<b>17木</b>	17木
18日	18火	18金	18日	18水	18土	18月	<b>18木</b>	18土	18火	18金	18金
19月	19水	19土	19月	19木	19日	19火	19金	19日	19水	19土	19土
20火	<b>20木</b>	20日	20火	20金	20月	20水	20土	20月	<b>20木</b>	20日	20日
21水	21金	21月	21水	21土	21火	<b>21木</b>	21日	21火	21金	21月	21月
<b>22木</b>	22土	22火	<b>22木</b>	22日	22水	22金	22月	22水	22土	22火	22火
23金	23日	23水	23金	23月	23木	23土	23火	23木	23日	23水	23水
24土	24月	<b>24木</b>	24土	24火	24金	24日	24水	24金	24月	<b>24木</b>	24木
25日	25火	25金	25日	25水	25土	25月	<b>25木</b>	25土	25火	25金	25金
26月	26水	26土	26月	<b>26木</b>	26日	26火	26金	26日	26水	26土	26土
27火	<b>27木</b>	27日	27火	27金	27月	27水	27土	27月	<b>27木</b>	27日	27日
28水	28金	28月	28水	28土	28火	<b>28木</b>	28日	28火	28金	28月	28月
29木	29土	29火	29木	29日	29水	29金	29月	29水	29土		29火
30金	30日	30水	30金	30月	<b>30木</b>	30土	30火	30木	30日		30水
	31月		31土	31火		31日		31金	31月		31木