

スクールカウンセラーだより 第1号

平成 23 年 4 月
千葉県立八千代西高等学校
スクールカウンセラー 塚本真由美



みなさん、はじめまして。今年度から八千代西高校にスクールカウンセラーとして勤務することになりました塚本真由美です。よろしくお願ひします。カウセリングルームでは、皆さんが自分らしく、充実した高校生活を送れるためのお手伝いをしたいと思っています。今回のおたよりでは、カウセリングルームとカウンセラーについて紹介します。まずは、カウセリングルームがどんな場所で、カウンセラーがどんな人なのか、ぜひ見に来てください。みなさんとお話できるのを楽しみにしています。

☆ カウンセラーの自己紹介 ☆

名前：塚本真由美（つかもとまゆみ）
好きなこと：音楽を聴く
旅行・温泉に行くこと
晴れた日に散歩すること
好きなもの：犬（特に大型犬）
バグダットカフェ（映画）



カウセリングルームってどんなところ？

相談の場

高校生活は、楽しいことがたくさんあるとともに、時には困ったり、悩んだり、迷ったりすることもあるでしょう。カウセリングルームは、その気持ちを分かち合い、一緒に考えていくところです。友達のことや家族のこと、勉強や将来についてなど、どんなことでも気軽に話しにきてください。

息抜きの場

休み時間や放課後に、ちょっと一息つきたいとき、気分転換をしたいとき、おしゃべりしたいときなどにカウセリングルームへどうぞ。

相談するにはどうすればいいの？

☆ 相談の申し込み方

- ① 事前にカウンセラーのところに言いに来る（カウンセラーは火曜日に来ています。手紙やメモを渡してくれてもいいです）
- ② 直接カウンセリングルームを訪れる（他の人が予約をしていた場合には、予約をした人が優先になります。授業時間内にカウンセリングを希望する場合は、担任の先生に申し出てください）
- ③ 担任の先生や保健室の先生などに予約をとってもらう

■ 場所： 管理棟 2 階

■ 相談日： 火曜日 4 月 12 ・ 19 ・ 26 日
5 月 10 ・ 17 ・ 31 日

■ 相談できる時間： 10:00 ～ 16:45

☆ 休み時間や放課後は、自由に入室できます。「相談中です」のフダがかかっていないときは、気軽に立ち寄ってくださいね。

保護者の皆様へ

はじめまして。本年度、八千代西高校のスクールカウンセラーとして勤務することになりました、塚本真由美と申します。保護者の皆様や教職員と一緒に、お子様の成長を見守り、支えていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

お子様のことで心配なこと、気にかかることなどがございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。また、相談するほどではないけれども、ちょっと気になっていることや、誰に相談していいかわからないけれども誰かに聞いて欲しいことなどでも構いません。電話でのご相談も受け付けております。秘密やプライバシーは守られますので、安心してご利用ください。

相談の際には、事前に担任の先生へお伝えいただくか、学校へ電話連絡いただきますと、相談日時予約を取ることができます。どうぞよろしくお願いいたします。

時間 : 火曜日 10 時 00 分 ～ 16 時 45 分
場所 : 八千代西高等学校 カウンセリングルーム
電話 : 047-450-2451 (八千代西高等学校)

