

スクールカウンセリングルームだより

HP用

第1号 令和2年4月



こ こ ろ

スクール  
カウンセラー  
吉澤 克彦

### ごあいさつ

はじめまして。今年度着任したスクールカウンセラーの吉澤克彦です。  
中3と高1の国語の授業も担当しています。気軽に声をかけてください。  
在校生はよく知っていると思いますが、新入生の皆さん、新潟清心女子中学校・高等学校には、カウンセリングルームがあり、どなたでも利用できます。  
ユリア館の相談室の奥にあります。どんな人だろう、どんなところだろうと気になったら、カウンセリングルームをのぞいてみてください。在室及び校内にいる場合は、「在室」や「校内」の表示がホワイトボードに示してあります。

### カウンセリングについて

気になっていることや、悩みなどをカウンセリングルームでお話ししてみませんか。苦しいとき、辛いとき、悲しいとき、怒っているとき、一人で抱え込まずに思いを伝えることで、気持ちが楽になったり、解決の糸口が見つかったりすることもあります。また、楽しいことうれしいことも話してみると、さらに喜びが増してくることもありますよ。

### カウンセリングルームの利用について

○カウンセリングできる時間は、次のとおりです。

A週は月曜日・金曜日の13時30分～ ※清掃、終礼の時間帯を除く

B週は火曜日・金曜日の13時30分～ ※清掃、終礼の時間帯を除く

これが基本となります。一人一日45分（5限、6限、7限、放課後）を原則に、予約制です。予約の仕方は、次の二つです。

- ① 担任の先生や養護教諭の先生などを通して予約する。
- ② 私に直接申し込む。

カウンセリングルームでのお話は、相談に来た皆さんとカウンセラーとの秘密にすることが基本です。安心して、話しに来てください。

ただ、先生や保護者の方との協力が必要だと判断した場合は、相談に来た皆さんに告げた上で、内容を伝えることもあります。