

スクールカウンセラーからのお知らせ

つくば国際大学高等学校
スクールカウンセラー 塙 真理子

新年度が始まりましたね。新しいクラスはどうですか？すぐに友達ができただけでも、うまく友達ができずに緊張や不安を抱えている人もいるかもしれません。小学校や中学校で、学校に行くのがつらかった、友達関係や先生との関係でいろんな経験をしてきている人もいるでしょう。少しでも、困っていることがあれば、気軽にスクールカウンセラーのところに来てみてくださいね。

- ◇ スクールカウンセラーの塙真理子（はなわまりこ）と言います。スクールカウンセラーの他に、児童精神科や心療内科でも働いています。IQ や性格が分かる心理検査、発達障害の相談、不安症やトラウマの治療をしています。
- ◇ 好きなことは、ヨガ、アニメ、ドラマ鑑賞、可愛い動物や赤ちゃんの写真や動画を見ることです。ぜひ声をかけてください。



相談の日時と時間

毎週火曜日に来ています。管理棟の 3 階に相談室があります。行事やお休みがある日は、他の曜日に来ることもあります。スクールカウンセラーのお便りで確認したり、担任の先生に聞いてみてくださいね。

相談の申し込みについて

担任の先生や、教育相談担当の岡崎先生に、相談を希望することを伝えて下さい。このお便りの下の部分の「相談申込票」を先生に渡しても大丈夫です。

相談内容について

決まりはありません。とりあえず会ってみたい、という理由でも大丈夫です。専門的な治療が必要なときは、専門機関を紹介することもあります。話の内容の秘密は守ります。命に関わることなど伝える必要があることは、伝えても良い内容を一緒に話し合ってから、保護者や先生に伝えることがあります。

スクールカウンセラー来校日（夏休み前までの予定です）

4 月・・・11 日(金)・15 日(火)・22 日(火)・30 日(水)
5 月・・・8 日(木)・13 日(火)・20 日(火)・27 日(火)
6 月・・・3 日(木)・10 日(火)・17 日(火)・24 日(火)
7 月・・・1 日(火)・8 日(火)・15 日(火)

※変更の可能性もありますので、お問い合わせ下さい。

保護者のご相談について

保護者の方も、ご相談いただけます。お子さんについてご心配なことがありましたら、お気軽に担任の先生、教育相談担当までご連絡下さい。

直接相談することがまだ怖い、不安という場合には、相談機関も利用してみてくださいね。

相談機関	茨城いのちの電話 (電話番号はつくば)	いばらき子ども SNS 相談	児童相談所 (県南地区)	子ども ホットライン	いばらきこころの ホットライン
相談方法 電話番号等	電話、面談、LINE 029-855-1000	LINE (17:00-22:00)	電話 029-821-4595 他にも訪問、面接による相談が可能	電話、メール、FAX 029-221-8181 (24 時間)	電話 029-244-0556 (平日) 0120-236-556 (土日)

-----キリトリ線-----

相談申込票

年 組 番 氏名 ()

- ・相談したい内容を簡単に書いて下さい。（例：自分自身のこと、家族のこと、友だちのこと等）

[]

- ・相談時間について次の中から 1 つに○を付けて下さい。（授業中でも良い・放課後が良い・いつでも良い）