

# 相談室だより あおぞら

No. 1

令和5年4月11日発行

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。いよいよ新たな学校生活が始まります。毎日登校できるだろうか、勉強についていけるだろうか、友達はできるだろうか…と心配したり不安に思っている人もいるかもしれませんね。相談室は皆さんがいろいろなことに悩んだり困ったりしたときに、お話を聞いてどうしたらいいかを一緒に考えるところです。東京文理学院の相談室には毎日カウンセラーがいるので、ぜひ気軽に利用してみてください。今回はカウンセラーの紹介と相談室の利用の仕方をお知らせします。

## ～カウンセラー紹介～

**Mon.**

**佐藤まさ子** (公認心理師・臨床発達心理士)  
月曜日 9:30～17:00

ご入学おめでとうございます。安心して高校生活が送れるように応援しています。困ったこと心配なことも相談しながら、一緒に解決方法を考えていきましょう。お待ちしております。



**Tue.**

**大槻晴子** (精神保健福祉士)  
火曜日 9:30～17:00

ご入学おめでとうございます。新しい生活が始まりますね。期待や不安や色々な気持ちがあるのかなと思います。どんなことでも何かお話ししたいなと思ったら、声をかけてくださいね。



**Wed.**

**矢吹とも彥** (公認心理師・臨床心理士)  
水曜日 9:00～17:00

相談室が皆さんにとって安心できる居場所になればと思っています。困りごとだけでなく、話したいな、聞いてほしいなと思ったときは気軽に利用してくださいね。



**Thu.**

**防村光城** (公認心理師・臨床心理士)  
木曜日 9:30～17:00

初めまして、この4月に着任しました防村光城です。どんな些細なことでも話したいことがあるときは、相談室に来てくれると嬉しいです。



**Fri.**

**金森淳一** (公認心理師・臨床心理士)  
金曜日 9:00～17:00

挑戦は成長への近道です。迷ったときこそ、一歩踏み出し挑戦しましょう。相談室は皆さんを全力で応援していきます。話すのは苦手だという人も気軽に会いに来てください。



## ～相談室 Q&A～

**Q.相談室ってどこにあるの？**  
A.校舎には入らず、門の横をまっすぐに行くと右手に建物があります。部屋が2つに分かれていて、奥の部屋が相談室になります。

**Q.どんなことを話せばいいの？**  
A.学校生活のこと、友人関係、家族のこと、自分自身のこと、勉強や進路についてなど、困っていることや気になることがあればどんなことでもかまいません。話したいとき、気持ちを落ち着けたいときにも気軽に来室してくださいね。

**Q.相談室にはいつ行ってもいい？**  
A.休み時間や昼休み、放課後の来室は自由です。授業中は先生の許可が必要になります。他の人が相談しているときには、空いている時間を確認して予約を取ってください。

**Q.他の人に知られないか心配…。**  
A.カウンセラーには守秘義務があるので、話したことが他の人に知られることはありません。ただし命にかかわる場合、自分や他人を傷つける恐れがある場合は先生や保護者と連携を図ることがあります。

**保護者の皆さまへ** 相談室では保護者の皆様からのご相談もお受けしています。相談を希望される方は担任を通じて、またはお電話にてご予約ください。

## 相談室開室予定

開室時間 9:30～17:00 (水・金のみ 9:00～)



【4月】

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

【5月】

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

【注意】  
※4月11日(火)は午後のみ開室します。  
※4月12日(水)は午前のみ開室します。  
★■色の日(土日祝日ほか)は閉室です。

★例年、新年度になったことで頑張り過ぎて、ゴールデンウィーク明けから少しお休みが増えるケースがみられます。一人で抱え込まず、早めに相談室を利用してみてくださいね。

