

スクールカウンセラー通信



令和6年6月3日

皆さん、こんにちは!今年度から渋川青翠高校のスクールカウンセラーになりました公認心理師の渡邊 弘子(わたなべ ひろこ)と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、皆さんが入学、進級されてから約2カ月。新しい学校、クラスには慣れてきましたか?1学期後半にさしかかったこの時期、高校生活を楽しめている人もいれば、新しい環境になかなか馴染めず、何となく居心地の悪さを感じている人もいるのではないのでしょうか。

クラスにも部活にも仲の良い友だちができず、学校がつまらない。
朝起きられない。遅刻するか、休んでしまう。
勉強が難しく、ついていけない。
家族や友だちとの関係がうまくいかない。
何となく心がモヤモヤする…。



などなど…様々なことで思い悩んでいませんか?

私はスクールカウンセラーの立場から、皆さんが楽しく充実した高校生活を送れるよう、お手伝いしたいと考えています。困っていることや悩んでいること、何でもかまいません。こんなことを話したら笑われちゃうかな、などと心配する必要はありませんので、何でも気軽に相談室に話しにきてくださいね。たくさんお話しをして、一緒に考えていきましょう。秘密は守ります。

自己紹介

群馬県安中市出身。1年の計は…のおめでたい日が誕生日です。
大学時代は京都で、その後、数年間は東京で会社員生活を送りました。
群馬県に帰ってきてからは、ずっと前橋市に住んでいます。
10年以上前から民間の相談機関に勤め、現在もそこで相談員をしています。
学生時代に好きだった科目は国語でした。運動は不得意だったので、今も趣味はもっぱらインドア系。最近は、ネットで海外のドラマや映画を観るのにはまっています。
音楽も好きですが、今の流行りには疎いので、皆さんの「推し」を教えてくださいね!



6月、7月の相談日
6月4日、11日、18日
7月2日、9日、16日
いずれも火曜日です。

..保護者の皆さまへ..

携帯電話が当たり前になった現代では、SNSでのやり取りによるトラブルなど、お子さんたちの悩みもより複雑多岐に渡っています。それだけに皆さまのご心配も大きいのではないのでしょうか。お子さんに関するお悩みや心配事はもちろんのこと、どんな些細なことでもかまいませんので、保護者の皆さまもお気軽にスクールカウンセラーにご相談ください。

渋川青翠高校 TEL : 0279-24-2320

〈文責・渡邊弘子〉