





スクールカウンセラーよりメッセージ

うりゅう きみこ
瓜生 樹実子 先生 


こんにちは。みらい創生高校スクールカウンセラーの瓜生樹実子(うりゅうきみこ)です。2年目になります。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

ちょっと困ったな、どうしようかな、何かもやっとするなあ、などなど、そういう時に誰かと話をしてみると、すぐには解決しないかもしれないけど、ちょっとホッとしたり、どうしていけばいいかが思い浮かびやすくなったりすると思います。そんな時の選択肢の一つとしてスクールカウンセラーがいることを知っておいてもらえたらと思います。別に今困ってることもないしな、という方もいると思いますが、困ってることではなくても世間話(今好きなこと興味のあることなど)や何でもない話などもできたら嬉しいです。

こうの れいこ
河野 玲子 先生 

カウンセラーの河野玲子です。今年もよろしくお願いいたします。

皆さんは、何に関心を持ち、何を楽しみ、何にしんどさを感じているでしょうか。よく分からないけどイライラし、よく分からないけど虚しくなり、やる気が起きず、不安になって、自分をもてあましている人もいるかもしれませんね。カウンセリングってどんなイメージでしょうか?何かアドバイスを求めている人、ただ聴いて欲しい、寄り添ってくれる存在が欲しい人、人それぞれだと思います。私は、カウンセリングを通して今までよく分からなかったことを言葉にすることで、少しずつ皆さんが自分で抱えられるようになってきたら良いなと思っています。でも、どう話して良いのか分からない人もいます。大丈夫です。分からないところと一緒に探していきましょう。もちろん、保護者の方のご相談もお受けしています。遠慮無く話しに来てみてください。

さかもと まりこ
坂本 真理子 先生 

みなさん、こんにちは、スクールカウンセラーの坂本です。今年から、みらい創生高校でスクールカウンセラーとしてみなさんと学校生活をすごすことになりました。

高校生のあなた方と話すことは、自分自身の高校生活を振り返ることでもあります。カッコ悪かったなあ、勉強できなかったなあ、いつも不機嫌だったなあ、一人にならないように、いつも友だち関係苦勞してたなあ、次々と様々に想いがよみがえってきます。私はほろ苦い記憶が多いかなあ。でもあなた方高校生と話していると、そんな記憶さえ、抱きしめて、よく頑張ったね、と自分をほめたくになります。こころも身体も急成長、バランスをとるのが難しい時期です。一緒に時間を過ごせたらうれしいです。どうぞよろしくお願いいたします。