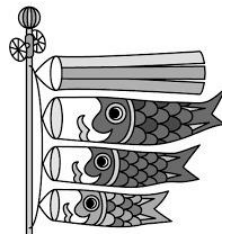


スクールカウンセラーだより

令和5年6月



スクールカウンセラー 石塚 幸作(いしづか こうさく)

はじめまして。この度、舞鶴支援学校行永分校を担当することになりました、スクールカウンセラーの石塚幸作と申します。これまでに医療機関や福島県の被災地支援、熊本地震の緊急派遣スクールカウンセラーを務めてきました。私が熊本地震で被災した学校で強く感じたことは、「子どもは大人が思う以上に我慢して傷つき、悩んでいる」ということです。しかし悩んでいることをおうちの人に話したいけれど忙しそう、心配をかけたくないから話せないといった子どもが多かったです。また保護者の方も大変な思いをしてがんばってらっしゃるが故に、子どもと充分に向き合う時間がとれず、申し訳ない思いを抱えておられる方が多かったです。

スクールカウンセラーとしてゆっくり丁寧に話を聴くことで気持ちをほぐし、親子でお互いに思い遣っているがうまく伝わらない思いを橋渡しするサポートを行いました。その経験を行永分校でも活かしたいと思っております。

私はカウンセリングを心の健康相談として捉えています。自身の悩みを心の専門家に打ち明けるカウンセリングというと、少し抵抗がある方もいると思います。けれど気になることや困った時に、勇気を出して誰かに話してスッキリした、安心したという経験は誰にでもあると思います。カウンセリングは自身の弱さや至らなさを出してしまうというより、疲れ切った心を健康にするためのとても前向きな行動だと思います。困難な状況の中で勇気を出して一歩前に進むサポートとして、スクールカウンセラーをご活用下さい。来てよかった、話せてよかったと思ってもらえるように、相談される方のこれまでのがんばりや思いを受け止め、課題に対処する工夫やアイデアと一緒に考えさせて下さい。どうぞよろしく願いいたします。

相談日

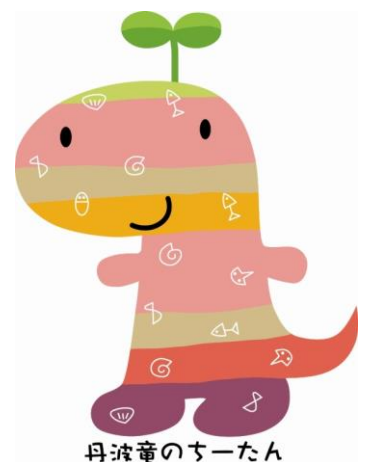
日時：9月6日 11月1日 1月31日
10:00~14:00

場所：2階 かがやきルーム

時間：50分間

申込方法：

- ① 担任の先生もしくは総括主事（石黒・仲西）までご予約下さい。
- ② お電話でもご予約していただけます。
(行永分校Tel 0773-63-6700)
- ③ スクールカウンセラーのいる日に直接相談室に行って申し込むこともできます。
空いていればその場で相談をお受けします。
なるべくご予約していただくとありがたいです。



丹波竜のちーたん

私の地元の丹波市のゆるキャラ、
「ちーたん」が可愛くて載せました！