

ひなたぼっこ



メール相談 ujo18@pref.okayama.jp

2020/7/1

鳥城高等学校
教育相談室だより
R2. 第3号

今年は遅い梅雨入りになりました。じめじめと蒸し暑い日々が続いていますね。この時期は身体が暑さに慣れていないため、ぐったりしている人も多いのではないのでしょうか？新学期がスタートして約4ヶ月。夏休みを前にして心も疲れのピークを迎えている人も……。そんなときは、ぜひ教育相談室を利用してみてくださいね。

本年度は、臨床心理士の土岐 淑子 先生と大学院生カウンセラーの邑上 夏美 先生に来ていただいています。先生方からのメッセージを紹介します。



臨床心理士 土岐 淑子(とき としこ)先生



臨床心理士の土岐淑子と申します。鳥城高校のスクールカウンセラーとして勤務させていただくのは五年目になります。これまで単科の精神科病院や相談機関で小さいお子さんから大人の方まで、たくさんの方々の相談の仕事をしてまいりました。現在は、岡山市内の発達障害の専門クリニックで心理士として働いています。小さなことでも心にためていたことを一度出してみることで気持ちが楽になったり、整理が出来たり、知らずに元気を取り戻すこともあります。カウンセリングルームで心が晴れるお手伝いが出来たら何よりうれしいです。

大学院生カウンセラー 邑上 夏美(むらかみ なつみ) 先生



みなさん はじめまして。
今年度の大学院生カウンセラーの邑上夏美と申します。私は現在、岡山大学大学院で臨床心理学を勉強しています。自分のこと、勉強のこと、部活のこと、友達や先輩との関係、家族のことなど、悩みの種があちらこちらにあると思います。「こんなこと話しても良いのかなあ」と思うこともあるかもしれませんが、小さなことでも気軽に話しに来てくださいね。

気持ちを吐き出すことで、落ち着いたり、整理できたり、気持ちが楽になるかもしれません。みなさんの悩みや気になることなどを一緒に考えたりして、ささやかながら、お手伝いできれば良いなと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

それでは、毎週木曜日 14時から 18時の間、相談室でお待ちしています。



いつでも誰でも気軽にのぞいてみてください♪

7・9月のスケジュール

土岐 淑子 先生(臨床心理士)

月2回水曜日 15:00~19:00 (年約20回)

※日程が変更になる場合があります。

第7回 7月1日(水) 第8回 7月8日(水)

第9回 9月9日(水) 第10回 9月23日(水)

邑上 夏美 先生(大学院生カウンセラー)

毎週木曜日 14:00~18:00

現在、新型コロナウイルス関係による休止中のため
再開次第お知らせいたします。

相談は予約制になっているので、希望する人は担任の先生か教育相談室の先生に声をかけて下さい。



<どちらも、1日生徒・保護者3人程度の面談を予定しています。>

相談室ではメールアドレスを皆さんにお知らせして、メールでも面談予約を受け付けています。

- * メールには、学年・クラスと名前、相談したい先生がいれば書いて下さい。
- * 保護者の方も歓迎します。

メールアドレス…ujo18@pref.okayama.jp



～ 教育相談室の紹介 ～

《 奥の部屋 》



ゆっくり落ち着いて話ができる部屋になっています。

《 個室 》



箱庭

模型を使って、自由に表現してみましよう。



教育相談室を使いたい人は、必ず先生に申し出て下さいね。

