



こころの相談 受付用紙

年 組 名前

*あなたがなやんでいるのはどんなことですか？

(○をつけてください)

とも 友だちのこと べんきょう 勉強のこと しんろ 進路のこと いえ 家のこと

からだ 体のこと れんあい 恋愛のこと ほか その他(のこと)

*だれに相談したいですか？(○をつけてください)

だれでもよい たんにん 担任の先生 ほか その他(先生)

そうだんかかり 相談係の先生(○○先生 ○○先生 ○○先生 ○○先生)

～ 相談の日や時間、場所はあとで連絡します。ひみつは守ります。～

教育相談の記録

平成	年	月	日	()	担当者	
来談者	年	組	氏名			
来談方法	自分から 担任のすすめ 係の呼び出し チャンス相談 おしゃべりランチ参加					
相談場所	相談室 保健室 教室 生徒自宅 () 電話 メール その他()					
相談内容 (主訴)	1 身体不安 2 生活習慣 3 友人関係 4 学校生活 5 部活動 6 学習 7 進路 8 教師との関係 9 家庭の問題 10 性格 11 性の問題 12 その他					
《 具体的な内容 》 ※ 相談時の本人の様子も含む						
連絡・報告	1 担任 2 部顧問 3 学年主任 4 教育相談係 5 生徒指導主事 6 校長・教頭 7 保護者 8 その他					
今後の方針	終了 経過観察 継続 () に引き継ぎ					

平成18年6月30日(金)



相談だより

No. 3



もう少しで夏休み



きょういくそうだんかかり
教育相談係

楽しかった1学期もあと20日あまりで夏休みです。いろんな学校行事がありました。いくつか覚えてありますか。1年生は、校外学習はどこに行きましたか。2年生は、修学旅行での見学場所を3つ言えますか。3年生は、現場実習先の会社名や担当者、お仕事の内容をまだ覚えてありますか。そして、1学期は楽しかったですか。「楽しくなかったなあ〜」という人、7/14(金)に1学期最後の球技大会がありますので、友だちや先生とみんなで汗を流して大いに楽しみましょう。

今回は、みんなにとっておきのお話をしようと思います。「何かなあ」と思った人はもう大丈夫です。そう、学校が楽しくなる方法をお話ししましょう。「友だちがいないんだ」「いつもひとりぼっちなんだ」「学校に行っても落ち着かないんだ」「家に帰ってもつまらないんだ」「私のこと誰も分かってくれないんだ」――。こんなことがあったら、みなさんならどうしてますか。誰に話そうかな。

お母さんはウザイからきらいだ。お父さんはいつも帰りが遅い。先生は何も聞いてくれない。おまわりさんはこわそう。お医者さんは行きたくない。そんなふうになってませんか。そんなことないよ。

「あなたは自分のことをどうしたいと思っているのかな」誰にでも「悩み」と「不満」があり、「現実」と「自分」の行動が分からなくなることがあります。先生もそうです。そんなとき、自分の心の中をのぞかれると嫌なものです。しかし、よかったら今の嫌な気持ちをそっと誰かに話してみませんか。心が楽になると思うよ。

「誰かに話す」→「一緒に考える」→「楽しいことを見つける」
楽しい学校生活を過ごして、明るい未来を生き抜こう。(byおおさわ)

学校が楽しくなる方法

- | | |
|-----------------|------------------|
| ① 朝ごはんをいっぱい食べよう | ⑥ 学校で楽しいことを見つけよう |
| ② 睡眠をいっぱい取ろう | ⑦ 好きな授業を見つけよう |
| ③ 遊べる友だちを作ろう | ⑧ 体力づくりで汗を流そう |
| ④ 楽しくなる趣味を探そう | ⑨ 部活仲間を作ろう |
| ⑤ 好きなことを見つけよう | ⑩ 何か目標を見つけよう |



相談だより

きょういくそうだんかかり
教育相談係

No. 6

秋

しっかりがんばろう！！



なつやす お お がつき はじ げつ まいにち
夏休みが終わり、2学期が始まって1ヶ月たちましたが、毎日
げんき けい
元気にすごしていますか。

9月 は、1年生にとって初めての校内実習がありましたね。2
ねんせい ねんせい げんせい じゅうしゅう はたら ことないじっしゅう
年生と3年生は現場実習で働いて、仕事についてたくさんのこと
を学んだと思います。学校の授業とは違った慣れない仕事内容で
たいへん たい
大変だったかもしれませんが、目標をもって一生懸命努力していま
したね。

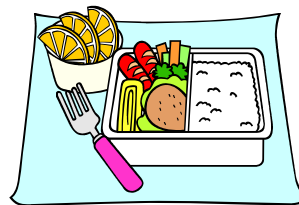
こんしゅう ようごがっこう たいいく たいかい しあい たかききこうとうようごがっこう
今週には養護学校体育大会で試合があります。高崎高等養護学校
の代表として、それぞれの競技で力を発揮することを期待してい
ます。

さんぎょうきょういく はっぴょう はんばい
また、産業教育フェアでの発表や販売、
ミュージカルの練習に忙しいと思いますが、からだ
きをつけてください。

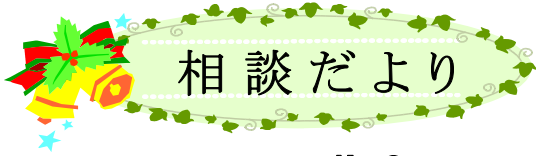


もし、失敗して自分だけで解決できないときには、家族の人や
せんせい そうだん じぶん かいけつ できないときは、家族の人や
先生に相談してみましよう。気持ちが不安定になっても、少し話
をするだけで楽になることもあります。

おしゃべりランチの様子



9月には各学年のホールで教育相談係の先生と楽しくお昼を食べ
ながら、おしゃべりをしました。これからもいつでも相談してくだ
さいね。



相談だより

No. 8

きょういくそうだんかかり
教育相談係



自分をほめてあげよう！

2学期をふりかえると、たくさんの行事がありましたね。校内実習や現場実習では、はたらくことについて、多くのことを学んだと思います。あいにくのお天気だった養体連では、いろいろな競技で熱戦がくり広げられ、たくさんのよい成績を収めることができました。大空祭のミュージカル「ライオンキング」は大入り満員の大盛況！展示、販売にも力を合わせていっしょけんめい取り組めました。マラソン大会は全員が最後までがんばって走りました。



どの行事もたいせつで、どの行事もそれぞれ目的意味があります。自分の目標を決めて、取り組んでいる人もいますね。でも、みなさんの中には行事がつきからつきへと続くと体だけでなく、心のバランスをくずしてしまう人もいますように感じます。

- ☆ 「がんばろう!」と思うけど、朝起きることができない
- ☆ 心配なことばかりが頭に思いうかんで、夜なかなか眠れない
- ☆ なにかもかもが、めんどくさくなってしまふ
- ☆ 体がいつもだるい感じがする
- ☆ 今、自分がなにをやっているのかわからなくなってしまふ

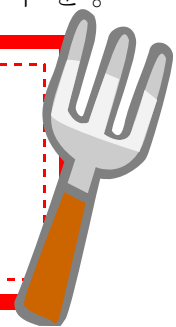


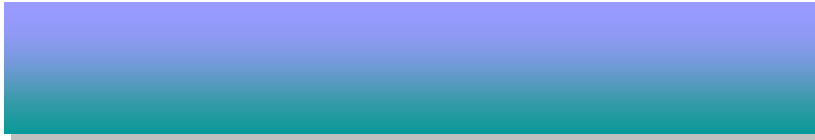
そんなときは、だれかに相談したり話をしたりしてみましよう。心配なことやわからないことをそのままにしておく、もっと心配になったり、もっとわからなくなったりしてしまうことがあります。話しやすい人に話をしてましよう。それだけでも気持ちが悪くなることもあるし、なにかよい方法が見つかるかもしれません。でも、まずはがんばった自分をほめてあげましよう。みんな、それぞれががんばったのだから。2学期、おつかれさまでした！3学期もみなさんが元気に過ごせますように。よいお年を。



～おしらせ～

生徒のみなさんに好評だったおしゃべりランチを
1月10日・11日・12日に実施します。
たくさんの人の参加をお待ちしています。詳しくは、
1月9日発行の「相談だより」でお知らせします。

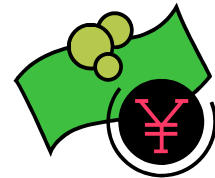




学校編その1

☆ 友だちの〇〇さんが朝、学校に大金（1万円）を持ってきているのを見てしまいました。あなたなら、どうしますか？

- ① 「〇〇さんが1万円を持ってきています！」と朝のSHRですぐに大きな声で先生に言う。（みんなも聞いている）
- ② じつは、〇〇さんが1万円を持ってきていました」と、あとでこっそり先生に言う。
- ③ 〇〇さんが1万円を持ってきていることをみんなに言い、みんなで〇〇さんに注意する。
- ④ 〇〇さん本人に「そんなにお金を持ってきてはいけないよ」と、みんなのいないところで、そーっと言う。



あなたのえらんだ番号は？ []

先生がよいと思うのは [] です。

まとめ



休日編その1

☆ 友だち3人で遊んでいました。そのうちの一人が「これから、私の家においでよ」と言いました。家の方は仕事に行っていて誰もいないということです。あなたなら、どうしますか？

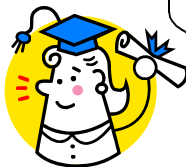
- ① 「誰もいないならいいか」と思い、家に遊びに行く。
- ② 「家の方にことわらなくてはいけない」と思い、家には遊びに行かない。
- ③ 「家の方にことわったほうがいいよ」と友だちに言って、家の方の許可を得てから遊びに行く。



あなたのえらんだ番号は？ []

先生がよいと思うのは [] です。

まとめ



職場編その1

☆ 同じ職場のA子さんとB子さんが、C子さんの悪口を言っているのを聞いてしまいました。(3人ともあなたの先輩です)
あなたなら、どうしますか？

- ① A子さんとB子さんの話に入って、いっしょにC子さんの悪口を言う。
- ② C子さんに「A子さんとB子さんがC子さんの悪口を言っていた。」と言う。
- ③ 社長に「A子さんとB子さんがC子さんの悪口を言っていた。」と言う。
- ④ 何も言わない。(かかわらないようにする)



あなたのえらんだ番号は？ []

先生がよいと思うのは [] です。

まとめ

