



# 相談室だより



Vol. 1

2015. 5. 12 (火)

発行：保健部 教育相談

## 教育相談室とは・・・

一言で言うと、みなさんがより快適に、かつ有意義な学校生活を送るにはどうすれば良いか、みなさんと一緒に考える「学校生活のアドバイザー」を目指しています。目標は、

- ◆じ・ぶ・ん・長所 発見
- ◆と・も・だ・ち 発見
- ◆し・ん・ろ・将来 発見

学習のこと、人間関係のこと、将来の進路のことなどに関し、

- ◆話を聞きたい
- ◆話を聞いてほしい、教えてほしい

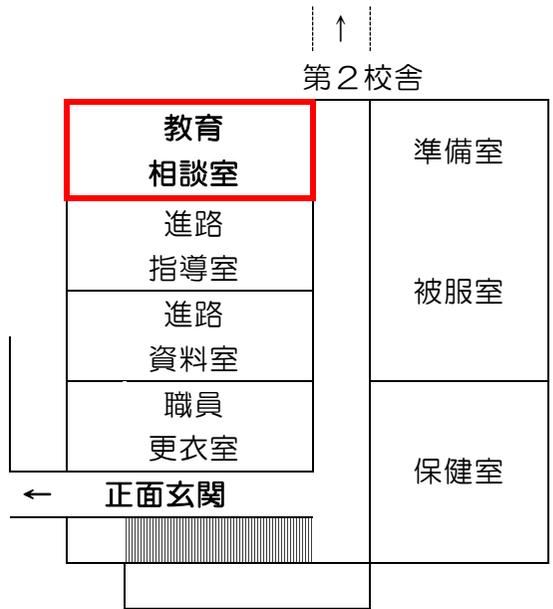
といった気持ちを持っている東高生は誰でも利用できます。



- 場 所：教育相談室…進路指導室横
- 相談の内容は秘密を原則として厳守
- 係の紹介  
どうか気軽に声をかけてください

野澤雅宏  
 担当教科： 理科（化学）  
 部 顧 問： 硬式野球部  
 趣 味： ウォーキング  
           映画鑑賞  
 ひとこと： 人生の先輩として何でも相談してください。

河本 聡子  
 担当教科： 家庭科  
 部 顧 問： 家庭部  
 趣 味： 芸術鑑賞  
 ひとこと：  
 コツコツ、ぼちぼち、ファイト！！



今年はスクールカウンセラーとして、二人の先生が来校されます。

日 時： 毎週火・木曜日 午後2時～5時

場 所： 教育相談室

- 申 込： ① 教育相談室に来室し予約する。  
② 担任・保健室を通して申し込む。



### スクールカウンセラーからメッセージ

相談は日々の暮らしの中で、ごく自然に行われています。自分の中の「もやもや」「イライラ」を言葉にして語る。そして相手に聞いてもらいわかってもらう。そのことを通じて、「ああ、そうなのか。あなたはそんな風を感じているのか。」とわかり共有してもらえると、その「もやもや」や「イライラ」は自分の中で埋もれません。社会化されて他の人から援助を受けることができます。新たな一歩を踏み出そうとしているあなたとの出会いを待っています。

こんにちは。スクールカウンセラーの福谷です。本年度もよろしくお願いたします。

みなさん、環境の変化にはなれましたか？

新学期は新しい環境で緊張や不安が高まり、気分や体調に変化が起こりやすい時期です。少しでも気になることがあれば、ぜひ気軽に相談室をのぞいてみてください。一緒に心がやわらかく方法を考えていきましょう。



生徒のみなさんへ

今までとは違う生活に少しは慣れましたか？

慣れるまでは多少の時間がかかる人もいます。

勉強、部活、生活面などの分からないことは、勇気を出して聞いてみましょう。

気持ちが楽になるかもしれません。

もし、わからないことや心配ごと、少し聞いて欲しいということがあれば、

何でもよいですから、安心して気軽に相談室にも顔を見せてください。

あなたの話をきちんと聞いて一緒に解決を考えていきます。

保護者の方からの相談にも応じていきます。

本校の教育相談室も、生徒の皆さんはもちろん、保護者の方々も気軽にご利用ください。

**鳥取東高校 TEL：(0857) 22-8495**

にかけ、教育相談室につないでもらってください。

## 校外の相談電話のご案内

いろいろなことで壁にぶつかり悩み事を抱えてしまったときなど、まず担任の先生をはじめ本校の先生に声をかけていただきたいのですが、校外にもたくさんの相談機関がありますので紹介します。

当然のことですが、いずれも相談内容の秘密は厳守されます。

相談窓口	電話・E-mail	受付時間	
24時間いじめ電話相談 (全国統一ダイヤル)	0570-0-78310 (なやみ言おう)	毎日 24 時間	
高等学校課	0857-26-7540	月～金 8:30 ～ 17:15	
特別支援教育課	0857-26-7810	月～金 8:30 ～ 17:15	
鳥取いのちの電話	0857-21-4343	毎日 12:00 ～ 21:00	
いじめ人権相談窓口	0857-29-2115 ☒ <a href="mailto:ijime-soudan@pref.tottori.jp">ijime-soudan@pref.tottori.jp</a>	毎日 24 時間	
子どもの人権110番 (法務省・鳥取地方法務局)	0120-007-110 (全国共通・無料・IP電話不可) 0857-27-3751 (通話料有料・IP電話可)	月～金 8:30 ～ 17:15	
チャイルドライン うさぎのみみ	0120-99-7777	水 16:00 ～ 21:00	
ヤングテレホン・メール (県警察本部少年課)	0857-29-0808 ☒ <a href="mailto:youngmail@pref.tottori.jp">youngmail@pref.tottori.jp</a>	月～金 8:30 ～ 17:15 ☒ 毎日 24 時間	
こども電話相談 (児童相談所)	(中央:鳥取) 0857-29-5460 (倉吉) 0858-22-4152 (米子) 0859-33-2020	月～金 8:30 ～ 17:00	
県教育センター	電話相談	0857-31-3956	月～土 8:30 ～ 20:00
	相談メール	☒ <a href="mailto:soudan@kyoiku-c.torikyo.ed.jp">soudan@kyoiku-c.torikyo.ed.jp</a>	24 時間受付
	いじめ相談専用メール	☒ <a href="mailto:ijime@kyoiku-c.torikyo.ed.jp">ijime@kyoiku-c.torikyo.ed.jp</a>	24 時間受付
	来所相談	0857-31-3956	月～土 8:30 ～ 17:00
	いじめ110番	0857-28-8718	24 時間受付

