

# ◎教育相談だより◎

令和6年4月  
教育相談課

新入生のみなさん、入学おめでとうございます。北宇和高校へようこそ。新しい高校生活を思い描いて、さまざまな想いが湧き上がっていることと思います。クラスの環境や雰囲気、新しく始まる部活動、さらに勉強のこと、友達のこと、一人一人が考えることは違っていても、みんな様々な感情に揺れ動いていることは同じだと思えます。

新しい春のスタートは、基本的には希望に溢れるものですが、半面、「上手くやっていけるだろうか」と不安を抱えている人もいると思います。

今はたくさんの人たちが様々な「悩み」を抱えて生きています。「悩み」とはネガティブな「負」の感覚です。悩んでいるときに最も良くないことは、悩みに縛られてしまい、行動が制限されてしまうことです。そのようなときはできる範囲で、解決に向けて動いたほうが良いです。しかし人は弱い生き物です。「心」を縛られると上手く行動できなくなる傾向が強くなります。

誰かの力を頼ってください。一人で抱え込んではいけません。

学校には、教育相談系の先生がいます。今年度の主な担当者は、以下のとおりです。

(学校生活から日頃の生活の悩み、人間関係の悩みから進路等の悩み等、幅広く相談に乗ります)

鈴川 浩司 (理科：教育相談)

村上 由理 (家庭科・3学年主任)

高瀬真由美 (養護)

上甲 奉文 (理科・2学年主任)

稲垣 英子 (教育業務支援員)

栗本 秀樹 (体育・1学年主任)

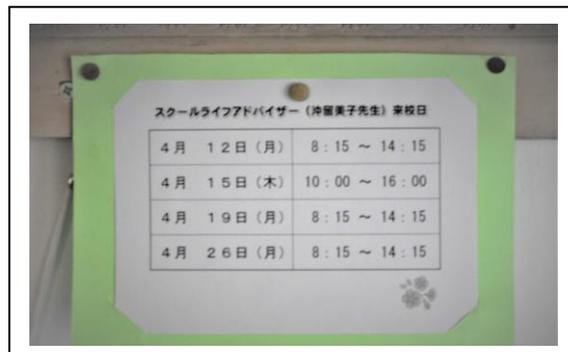
沖 留美子 (スクールライフアドバイザー (SLA))

## ◎教育相談課からのお知らせ

○今年度もスクールライフアドバイザーの沖留美子先生が、通常は週に1回程度、もしくは学校行事等に合わせて来校していただいています。教育相談室にいらっしやいます。

**「来校予定日は、保健室前や校内の掲示板に掲示されています。」**

○教育相談室(本館2階東側 会議室前)前には、教育相談ポストが設置してあります。カードに「相談したい先生(指名がなくてもかまいません)」「日時」「氏名」を記入して、ポストへ投函してください。ポストは基本毎日確認しています。気軽に利用してください。



2階 教育相談室前 教育相談 POST SLA の先生の来校予定は掲示で確認できます。  
(※わからないことがあれば、教育相談系の先生や、保健室などで聞いてください。)