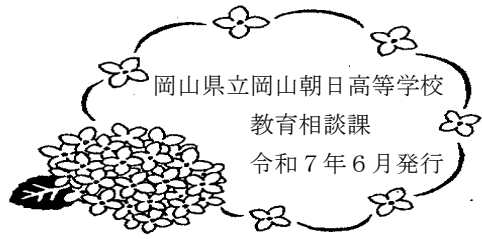


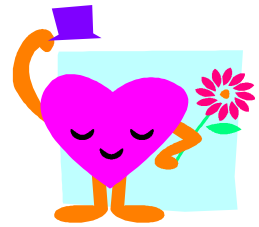
相談室



81号

教育相談課について

教育相談課では「安心して相談できる場」の提供が一番大切だと考えています。深刻な相談だけでなく、ささいな気がかりであっても、気軽に相談してください。面接相談と、電話相談の両方を行っています。また、生徒の皆さんからの相談だけでなく、保護者の皆様からのご相談にも対応させていただきます。相談活動は次のような方針で行っています。



★相談に来られた方のペースを尊重します

無理に話をさせられたり、解決方法を強要されることはありません。あくまでも相談に来られた方が主人公です。

★秘密は厳重に守られます

相談をする過程で知り得た個人に関わる情報や、相談の内容は、相談に来られた方の了解なしに第三者に（例えば、担任の先生、顧問の先生などでも）話すことはありません。ただし、命にかかわるような場合や犯罪に巻き込まれる可能性が予測される場合は例外です。しかし、このような場合もできるだけ本人の了解を取ることを基本としています。

カウンセリング事業

★学校医によるこころの健康相談

本校では精神科校医の千田真友子先生による「こころの健康相談」を計画し、専門のお立場からのアドバイスやご支援をいただいています。本年度は以下の4回を計画しています。各回、文書でご案内をしています。

5/28(水)	6/25(水)	10/1(水)	11/26(水)
---------	---------	---------	----------

★スクール・カウンセラーによる相談

スクール・カウンセラーによる相談は年間16回実施します。スクール・カウンセラーをお願いしている大西由美先生は、本校を卒業され、国語教諭としても16年間勤務されました。その間、教育相談課長も務められ、本校生徒の悩みに一番長く寄り添ってこられた先生ともいえます。現在は臨床心理師として、大学の相談室や他の県立高校でもカウンセラーとして活躍されています。今後の来校予定は次のとおりです。スクール・カウンセラーの来校日については、学期ごとに教室掲示、またHPでもお知らせしています。やむを得ず変更になる場合もございますので、保護者の方で申し込まれる場合は、予約時に確認をお願いします。

6/19(木)	7/17(木)	8/28(木)	9/25(木)	10/7(火)	10/23(木)
11/18(火)	12/18(木)	1/15(木)	1/29(木)	2/12(木)	3/19(木)

※「こころの健康相談」、「スクール・カウンセラーによる相談」は時間の調整が必要なため、どちらも予約をいただいています。ご希望の場合は、教育相談課（北村博典・藤原桂子）または担任までお知らせください。

TEL 086-272-1271（岡山朝日高校）

ピア・サポート活動 支え合う心を育て、あたたかな学校風土づくりを目指します。

本校では、生徒の間に相互支援の力を育てるピア（仲間）サポート（支援）活動を平成19年度から実施しています。この活動を通じて、生徒が自己肯定感を高め、他者を尊重し（自重互敬）、いじめや不登校の起こりにくい、あたたかい風土が築かれることを目指しています。今年度は7月22日(火)、23日(水)に集中トレーニングを行います。

23日(水)は、外部講師の先生もお招きして専門的なお話もしていただきます。保健委員が中心ですが、希望する生徒も参加可能です。

岡山朝日高等学校 令和7年度 ピア・サポート集中トレーニング実施要項
令和7年7月22日・7月23日 於：岡山朝日高等学校

日	時間	項目	内容
	13:45～	集合・点呼	会議室で点呼を受け、名札をつける。
7月 22日 (火)	13:45～ 14:10	アイスブレキング	お互いに知り合おう(グループになり、短時間でグループのメンバーの情報をできるだけ聞き出す。その情報をもとに、グループの情報共有度を競う。)
	14:10 ～14:30	ピアサポート活動について	ピア・サポート活動の説明と、その目指すものを現在の朝日高校の不登校出現率やいじめ・悩み調査などのデータを使って説明する。
	14:30 ～15:30	人の感じ方、考え方の違いを知る	文字造形発想シートを使い、グループで演習を行う。人の中に内在する発想や想像(創造)力の違い、多様さを知覚し、人の感じ方、考え方は多種多様であることを体験する。
	15:30 ～15:40	本日のまとめ	今の段階で自分にできそうなサポート活動について考える。

時間	項目	内容
9:30	点呼	会議室で点呼を受け、名札をつける。
9:35～	アイスブレキング	
9:50 ～10:30	コミュニケーションスキル トレーニング	話の上手な聴き方演習:聞き手の態度や姿勢によって、話し手の気持ちや会話がどのように変化するかを実感する。日常の対話やピア・サポート活動の実践に生かすことができるようにする。
10:40 ～11:40	アンガーマネジメント	学校生活や家庭生活での具体的な場面を想定し、その場面でそれぞれの人々がどのように感じているのかを演習をしながら知ることによって、人の感じ方は様々であることを体験する。さらに、怒りについて理解を深め、対処法を習得し、それを活用できるようにする。
11:40 ～12:40	こころの整理と課題の 解決	積極的な聴き方で解決へと進んでいくこともあるが、課題の具体的な解決を求めて悩んでいることもある。解決方法の選択肢を増やすサポートを通して、当事者が解決策を選択し、具体的な行動計画を立てるステップを学ぶ。
昼食		
13:40 ～14:40	守秘と限界	ピア・サポートをするとき、相手との間で秘密を守る約束をすること、守ってはいけない秘密があること、それらを相手にどのように伝えればよいかについて学習する。
14:50 ～15:20	個人プランニング	自分の特徴や個性を活かし、仲間の役に立つ実現可能な計画を立てる。全体で発表することで、仲間同士の連帯感や互いに応援できるような関係やモチベーションを高める。
15:20 ～15:30	トレーニングのまとめ と感想	講師の先生方から講評をいただき、夏休みあけのクラスの様子と朝日祭準備中のクラスの様子に気をつけるようにする。

各種調査

教育相談課では、心理検査 hyper-QU（1年生対象 7月実施）、いじめ悩み調査（3年生は5月、2年生は9月、1年生は10月実施）等の調査も実施しています。「いじめ・悩み調査」実施後は、気になる事案への早期対応と教員間での情報共有をしています。調査の結果については、相談課便り12月号で報告させていただく予定です。

学校以外の相談機関

新しい生活環境での悩みや不安だけでなく、日々の生活で様々なストレスを抱えていることも考えられます。そうした不安や悩みを受け止めてくれる相談機関は、学校以外にもあります。生徒の皆さんはもちろん、保護者の方も相談できます。（裏面掲載）

青少年総合相談センター
岡山市北区南方2丁目13-1 きらめきプラザ4階

◆教育相談 086-221-7490

相談日：年中無休(年末年始を除く)
電話相談：8:30~12:00, 13:00~17:00
面接相談：10:00~12:00, 13:00~16:00
(要予約)

◆進路相談 086-224-1121

相談日：月~土曜日(年末年始を除く)
電話相談：12:00~18:00
面接相談：13:00~17:00
(要予約)

24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310
※通話料無料



岡山県総合教育センター
加賀郡吉備中央町吉川7545-11

教育相談専用電話

◆生徒指導 0866-56-9115
◆特別支援教育 0866-56-9117

相談日：月~金曜日(祝日・年末年始を除く)
電話相談：月・水・木・金 9:00~12:00, 13:00~17:00
火 13:00~17:00
面接相談：月・水・木・金 9:00~12:00, 13:00~17:00
(要予約) 火 13:00~17:00



相談課教員 自己紹介 各学年団にも話しやすい先生がおられます。気軽に相談してください。

作野 真二 *Shinji Sakuno* (補習科・地理)

朝日高8年目となりました。補習科にはもう一つの名前があります。「楠友館(なんゆうかん)」といいます。平成11年当時の校長平田賢治先生が、「彼らが本校の象徴である楠にあやかり、楠学問をもって将来大成し、社会の為に有益な人材となることを念願して止まない先生方の熱情と教育愛により命名する」とあります。楠学問とは、楠は生長が遅いが大木となるところからゆっくりだが堅実に成長し、大成する学問のことをいいます。毎日補習科生に接していると、その心意気に触れ、ひたむきに学問に向き合う姿に自らが鼓舞されているように感じています。そんな環境下での1年を、有り難く感じつつ、補習科生の再チャレンジを見守りたいと思っています。

信宮 優子 *Yuko Shingu* (3年G組乙担任・英語)

この10年ばかり、オクラをプランターで育て、自慢げに夕食に並べている。毎年苗を買って植えているが、今年は思い立って種を植えてみた。説明通りにするとちゃんと双葉が出た。しかしこの後がいけなかった。プランターに直植したためか、大雨が続いたためか、はたまた、虫が葉をかじったためか、本葉が出そうなのはたった一本だ。やれやれ。しかたなく今年も2鉢苗を購入し、追加で植えると、いずれもすくすく生長している。なるほど。

自分ですることの難しさとその誇らしき奮闘ぶり、他人に頼ることのありがたさとそのめざましき円滑味、が一度に襲ってきて、なんだか面白くて笑ってしまった。日頃の生活でもこのバランスをうまくとりたいな、と思って苗を見ている。とりあえず3本のオクラ、無事生長を祈る。ちなみに我が家の好みは「丸オクラ」です。

鳥谷 雄一 *Yuichi Karasudani* (3年B組甲担任・地理)

今年で教育相談課として3年目になりました。新しい学年が始まり2ヶ月が過ぎましたが、皆さんの生活はいかがでしょう。新しいクラスにはなじめたでしょうか。去年のクラスよりもさらに楽しい!と感じられるといいのですが、去年の方がよかったな・・・と思っている人もいるかもしれません。そんな人は考え方を切り替えてほしいと思います。いいクラスは与えられるものではなく自分たちでつくるものです。クラスの一員として主体的に行動することを心がけましょう。これは授業も同じですよ。

臼井 正徳 *Masanori Usui* (2年F組乙担任・保健体育)

朝日高校に赴任して7年目になります。まだまだ未熟者であります。日々生徒諸君から元気をもらい、頑張ることができています。「人は見かけによらない」とよく言われます。しかし、ほとんどの人が見かけによると思います。稀にそうでない人がいるから決めつけてはいけません。さて私はどちらでしょう?! 私自身、外見の恐ろしさとは裏腹に、繊細さを兼ね備えた心優しい人間を目指しています。今年も「威圧から癒しへ」をモットーに生徒諸君に寄り添っていきたいと思います。あっ、たまに目がかわいいと言われます。困ったことがあればいつでも話しに来て下さい!

藤原 桂子 *Keiko Fujiwara* (養護教諭・2年団)

朝日高校2年目になりました。1年目の昨年度は、本当に目の前のことに精一杯で周りが全く見えていませんでした。まだまだ目の前のことしか見えていませんが、春に咲き誇る朝日高校の見事な桜に今年も心がぱっと華やぎ、視線を上げ、視野を広く持つことの大切さにも改めて気づかされました。何かに行き詰まりそうなときは、抱えている荷物をちょっと下ろして、空を見上げたり、季節を感じたり、誰かと他愛もない話をしたり、ほっと一息つきながらやっていきたいですね。

岡崎 純子 *Sumiko Okazaki* (1年D組乙担任・英語)

静かな場所で過ごす時間が自分には心地良く、落ち着いて集中力が高まる時に思えますが、実際にエネルギーが湧いてくるのは、どんな時間やご馳走よりも、人の笑顔やほんの一言を見聞きしたり、誰かの存在を感じたりするひとときです。社会的動物だからでしょうか。自分の場合、この両方の時間があってこそ、元気でいられる気がします。毎日をひたむきに過ごしている朝日生の皆さんの存在、そして言葉や表情にも、いつもたくさんの活力をもらっていますが、もしも疲れた時には、きれいなものや物語の世界に心を遊ばせたり、スポーツなどに没頭したりすることでも、少し気持ちがほぐれるかもしれません。時々違う世界に身を置いてみることで、色々なバランスを整えてくれるような気がします。いつでも気軽に声をかけてください。

五百蔵 愛 *Ai Ihoroi* (養護教諭・1年団)

朝日高校3年目になりました。まだ慣れないことも多く…なんとか精一杯、日々を過ごしている状況です。保健室に心身の不調を訴えて来室する生徒の話の聞いていると、さまざまな不安や悩みが原因としてあります。努力しているからこそ不安や悩みが生まれます。それぞれに新しい環境で色んな努力を重ねていると疲れが出てくる頃だと思えます。心と身体はつながっているので、心が元気になると身体も元気になります。心も身体も疲れた時には立ち止まり、回復するお手伝いが少しでもできたらいいなと思っています。よろしく願いいたします。

北村 博典 *Hironori Kitamura* (1年A組乙担任・芸術 書道・教育相談課長)

「待つ」という行為に興味があります。そんなに気長な方ではないので得意ではありません。たとえば机の上に美しい紙があり、何か書こうと思う時、紙の美しさを壊さずに自分の想いをそっと載せることはできないか。紙が美しければ美しいほど、そう思います。一期一会の紙との出逢いを楽しみながら、一方でたえず紙と綱引きを繰り返しているような、押したり引いたり、近づいたり遠のいたり、作品をつくる行為は、そのまま人間関係のそれと一致します。直感的な厚意と言ったらいいのでしょうか、相手の色も自分の色もわからなくなるまで待ち、溶け合ったとき何かが生まれるように感じています。「待つ」という行為は、自分ではどうすることもできない時間ですが、何かの出逢いを待つ時間というものは、そんなに辛いことでもないように感じています。みなさんはどんな待つ時間を体験しているのでしょうか、そんなことを思っています。