



岡山県立岡山朝日高等学校

教育相談課

令和6年6月発行

77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。

5/29(水)	6/19(水)	10/2(水)	11/27(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15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。

6/11(火)	6/25(火)	7/16(火)	8/29(木)	9/24(火)	10/8(火)	10/31(木)
11/19(火)	12/19(木)	1/16(木)	1/30(木)	2/20(木)	3/18(火)	

※「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(月)、23日(火)に集中トレーニングを行います。

23日(火)は、外部講師の先生もお招きして専門的なお話もさせていただきます。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6年度 ピア・サポート集中トレーニング実施要項

令和6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
7月 22日 (月)	13:45～ 14:10	点呼・アイスブレイキング1	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	空間把握を印との関連から考える表現活動	人の中に内在する美意識や創造力の違い、多様さを、空間把握の視点をもって知覚し、人の感じ方、考え方は多種多様であることを体験する。グループで演習を行い、感覚の違いを共有し、日常の思考、行動、言語表現に活かせるようにする。作品「一」に大小異なる様々な種類の「印」を押すという行為から、空間における美を多面的に捉える活動。
	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。
7月 23日 (火)	9:35～	点呼・アイスブレイキング2	
	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	アングーマネジメント	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で、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、夏休み明けのクラスの様子と朝日祭準備中のクラスの様子にも気づけるようにする。

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、1、2年生は9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。

海本 真理子 *Mariko Umimoto* (補習科・1年・国語)

自然豊かな朝日高校の校門には大きな楠があります。大きく枝を広げ高く高くそびえる楠の姿は、この朝日高校で成長していく皆さんの姿と重なります。誇りや志を持ち、頑張る日々だからこそ、悩み苦しむこともあるでしょう。乗り越えようというのではなく、一歩ずつ歩む日々を積み重ねていくことは肝要です。誰かとの会話や存在そのものに助けられることもきっとあるでしょう。その歩みの中で、たとえ一瞬でも、良き時間、かけがえない瞬間に出会えたら、素晴らしいですし、自分にとっての支えや糧、僥倖となると思います。

信宮 優子 *Yuko Shingu* (3年F組乙担任・英語)

相談室にすることが多いのですが、先日ある先生がおっしゃいました。「こんないい環境でお仕事できていいですね」はい、相談室のPCの前には教育相談課長北村先生の作品が飾ってあり、それを見上げつつ仕事をしています。しかも季節ごとに掛け替えがあるというサービス付き！北村先生、ありがとうございます。この期の作品は、中国の磚(せん)という秦代の煉瓦に刻された文字の拓本に北村先生が揮毫された、2,000年を超えるコラボ作品となっております。直に見たくなった人、ぜひお越しください。美しいですよ。

鳥谷 雄一 *Yuichi Karasudani* (2年F組甲担任・地理)

昨年度に引き続き、教育相談担当になりました。学校生活では様々な場面で困ること、悩むことがあります。そんなときなんとか自分だけで解決しようとしがちですが、周りの誰かに相談することで気持ちが楽になったり、案外簡単に解決したりすることもあります。何かあれば内に溜め込まずに気軽に相談してもらえたらと思います。

山下 知子 *Tomoko Yamashita* (養護教諭・2年団)

朝日高校7年目。保健室の山下です。両親が高齢になったこともあり、4月からハーフ勤務をさせていただいております。午後から出勤の日も多いため、みなさんとお話をする機会が、ぐっと減ったように感じていますが、養護教諭が3人体制となったこともあり、保健室全体としては充実しています。多忙な本校ではありますが、「忙中に閑あり!」。いろんな楽しみを見つけてリフレッシュしながら、高校生活をエンジョイしてくださいね。

五百蔵 愛 *Ai Ihoroi* (養護教諭・2年団)

岡山朝日高校2年目になりました五百蔵(いほろい)です。保健室に心身の不調を訴えて来室する生徒の話を聞いていると、様々な悩みが原因としてあります。話を傾聴していく中で、自分の中で悩みを整理し、心を落ち着かせて、それぞれの悩みや不安に自分なりの答えを出そうと向き合う姿をみせてくれます。自分の心に向き合うことは、自分の本音を無視しないことです。それはしんどいことですが、必ず人を成長させてくれます。これからの自分が楽しみになるように少しでも話を聴くことでお手伝いできたらいいなと思っています。よろしくお祈りします。

臼井 正徳 Masanori Usui (1年A組乙担任・保健体育)

教育相談課で5年ぶりにお世話になることになりました。岡山朝日高校に赴任した年に教育相談課で様々な仕事をさせていただいたことを思い出します。当時、「威圧から癒しへ」をモットー(笑)に今まで人と関わってきました。見た目の印象とはうらはらに、他者を温かく包み込むような温厚篤実な一面を少しは理解していただけたのではないのでしょうか(笑)。少し勇気を出して私に話しかけてみませんか？私は生徒の皆さんの応援団です。少しでも君たちの力になれるよう頑張っていきます。何卒よろしくお願ひします。

藤原 桂子 Keiko Fujiwara (養護教諭・1年団)

今年度この伝統ある岡山朝日高校に参りました藤原です。新しい環境に不安と期待でいっぱいだった4月。見事に咲き誇る桜に迎えられ、心が晴れやかになりました。皆さんも新年度を迎え、同じような気持ちもあったのではないのでしょうか。楽しいことはもちろん、しんどいこと、苦しいことも多々あると思います。そんな時はちょっと離れて、季節を感じたり、芸術など“本物”に触れたり、五感を使って少し心が動く体験をしてみるのもお勧めです。また、その振り返りもいいものです。体験したことについてぜひ聴かせてください。

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



石印「飛鳥出林」



石印「俱會一處」

【山田正平展
—寡作な文人篆刻家—
2004年より】

上の印影は、日本篆刻史上唯一無二、傑出した篆刻家であった山田正平(1899~1962)の「飛鳥出林」^{てんこく}「俱會一處」です。年度が変わり新しい季節をむかえる頃になると脳裏に浮かぶ印影です。大学の恩師の恩師がこの方であったため、学生時代、この方の印影をよく目にしていました。しかしどこがいいのかさっぱりわからず過ごしていたと思います。

毎年、書道を選択した人には印の制作をしてもらいますが、その中にとってもいい印を刻す人がいます。どのようにいいのか、言葉にするのは難しいのですが、一言で言えば、硬い石に刻しているにもかかわらず、刻線がと(溶)けているように感じる、つまりどこかまるやかな味わいを孕んだ印であるということでしょうか。本格的な印を制作するのは初めてでしようから、最初、刻線は石とケンカするように痩せ、痛々しいものになります。しかし一心に刻していくうち、刀の角度をつかみ、かたく痛々しかった線は単なる“傷跡”から、次第にある意志を持った刻線へと変化していきます。その様が、私にはその人だけが持つとかす味わい、そんな風を感じられます。そのとかし方は一人一人異なり、刻線の魅力はそのまま刻者を投影したものになります。八木重吉に「とかす力だ それがすべてだ」という詩がありますが、記された言葉の意味は別として、大きく捉えれば、刻線のたたずまいは、刻者がそれと意識せず持っている人間力、“とかす力”ということになるのかもしれない。

石に刻まれた線は、凍った轍のように動かない。しかし日々新たな刻線を、日常というなかなか手強い岩盤に刻み、とかしながら進む皆さんの姿を見ていると、上記のような夢を広げてしまいます。

やがて皆さんも飛ぶ鳥となり林を出、また俱に一處に会す、そのような日を迎えるのでしょうか。新たな年度が始まり、そのようなことを思っています。