

# 相談室だより

No.2 令和5年5月24日(水)

石川県立金沢桜丘高等学校相談課

バラが美しい季節となりました。桜高生のみなさんも、新しい環境に慣れてきたころだと思います。クラスでは仲良しグループができているかもしれませんが、クラスメート全員と挨拶できていますか？挨拶は社会生活の基本であり、「相手の存在を認め、かつ敬意を払う行為」です。毎朝、誰に対しても、明るく「おはよう！」と声をかけてみましょう！

さて、今月の相談室だよりは、スクールカウンセラーとして桜高生のサポートをしてくださっている柳澤たまき先生特別号です！



## 柳澤たまき先生より

### [自己紹介]

昨年4月から週1回、桜丘高校に来ている公認心理師の柳澤たまきです。学校ではスクールカウンセラー（SC）といわれることが多いです。相談室で生徒の皆さんや保護者の方のカウンセリングをしています。

### [勤務を始めて二年経った桜高生の印象]

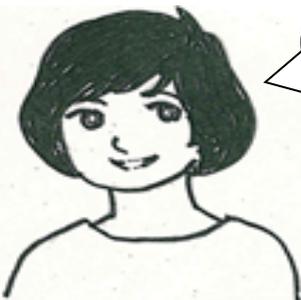
進学校である桜丘高校の生徒さんは、受験勉強を努力して乗り越えてきた人達だと思います。だから、素直で真面目で、頑張り屋だなと思うことが多いです。

是非その素晴らしい経験と長所を生かしながら、高校生活を送ってほしいです。

### [桜高生へメッセージ]

相談にきてくれる生徒さんも沢山いるので、悩みや困りごとのSOSを発信する力を、ちゃんと身に付けられている生徒さんが多いのだと思います。カウンセリングに来てくれる生徒さんたちと話していると、気持ちが繊細だなと感じることが多いです。それは人の気持ちをわかってあげられる、とても良い美点です。

一方、繊細すぎて周りを気にするあまりに言いたいことを言えなかったり、マイナス的に考えてしまったりするように思えます。そういう辛さをカウンセリングで話してもらうことで、少しでも皆さんが楽になるお手伝いできれば、と思います。よろしくお願いいたします。



毎週水曜日12:00~17:00に相談室にいます。相談したい生徒さんは前もって予約してくださいね！