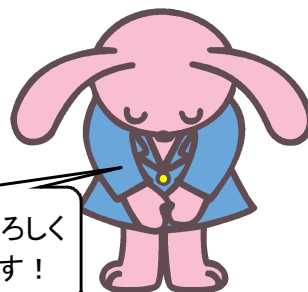




在校生のみなさん、新年度が始まりました！本年度もよろしくお祈りします。新入生のみなさん、はじめまして。新学期は、新しいことがいっぱいです。新しいクラスや新しい先生、新しい友達との出会いにワクワクドキドキしたり、ちょっぴり不安になったりしていませんか。新しいことが始まる時に感じる不安な気持ちや緊張感はあなただけではありません。あなたの席のとなりの子も、そして先生も感じているのです。でも心配なことや気になることがあったら、相談係の先生方に声をかけてみませんか。みなさんが明るく元気に学校生活がおくれるようにお手伝いさせていただきますね(^^)。

**今年度教育相談係の先生の紹介**

- 1年生 新井先生                      4年生 武内先生
- 2年生 斎藤先生                    5年生 小井戸先生
- 3年生 春山先生、吉澤先生      6年生 諸星先生
- 保健室 住谷先生



1年間どうぞよろしくおねがいます！

*information*

本年度もスクールカウンセラーの小松典子先生が本校に来てくださいます。

来校日：毎週水曜日（変更あり）3時間目から6時間目と放課後

※初日は4月13日（水）

場 所：応接室

予 約：①応接室のドアの「カウンセリング予定表」に○をつける。

②保健室の住谷先生に「予約入れました」とひとこと声をかける。

※保護者の方もカウンセリングを利用できます。原則として予約制です。希望する場合は、学校へ電話で連絡してください。

中央中等教育学校：027-370-6663（教育相談係：吉澤、養護教諭：住谷）

**今年度スクールカウンセラーの先生の紹介**

教育相談だよりには、小松先生がコラムを掲載してみなさんにおもしろいお話を教えてくださいます。楽しみです！みなさんが応接室に来てくれるのを待っています。

中央中等教育学校のみなさん、こんにちは。

今年度もスクールカウンセラーとしてお世話になります。どうぞよろしくお願い致します。

私のスクールカウンセラー業務経験年数は9年目、中央中等教育学校では4年目になります。

資格は公認心理師・2級キャリアコンサルティング技能士・キャリアコンサルタントという国家資格を取得しています。

私はスクールカウンセラーの経験のほかに大学での就職支援や企業のキャリアカウンセラーの経験があります。社会人になるまでの学校生活には自己理解の主要な理論として内的キャリアの成長があります。内的キャリアは自分にとっての働くことの意味や価値や意義です。自分の内面であり、自分の心の中に存在しています。建物で言えば基礎です。地中にあるので見えませんし、自分でもわかりにくいものです。しかし、上物を支える重要なものです。基礎がしっかりしていない建物は直ぐに壊れます。別の言い方をすれば、外的キャリアを決める、あるいは選択する基準ということができます。「どうして勉強をしているのかわからない」「将来やりたい仕事かわからない」は、ほとんどの場合、内的キャリアが不明であることが原因となっています。自分にとっての「キャリア」がはっきりしない人が多い理由は、日本の社会でキャリアという場合はほとんどが外的キャリアを意味しているからだと思われます。つまり、なぜその仕事をしたいのか、なぜその職業を選ぶのか、なぜその会社で働きたいのか、というときの“なぜ”が内的キャリアです。内的キャリアがはっきりしていないと外的キャリアを決めることができません。引用文：NPOキャリアカウンセリング研究会

中央中等教育学校のカウンセリングでは、この視点(キャリア教育)も含めた様々な視点から「学校生活がより一層充実しますように」皆さんと一緒に考えていきたいと思ひます。

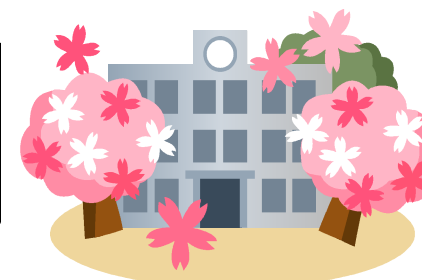
外的キャリア：社会・制度・組織・会社・ルール・役割・仕事・職務・資格など

内的キャリア：できること(能力・才能)やりたいこと(興味・関心)やるべきこと(使命・価値観)

ニューノーマルと言われるコロナ禍を健康に生き抜くには自己理解を深めストレスと上手く付き合うことが大切になってくると思ひます。

**小松先生来校日（4，5，6月）**

4月13日（水）	4月20日（水）	4月27日（水）
5月11日（水）	5月18日（水）	6月1日（水）
6月8日（水）	6月15日（水）	6月22日（水）



**高校通級指導のお知らせ**

本校では希望者に前期課程から「高校通級」による指導が受けられます。詳細は裏面をご覧ください。質問がありましたらお気軽にどうぞ。

（高校通級担当：吉澤）

