



# 相談室のご紹介



## ●粉河中学校の皆さんへ

こんにちは。昨年度から、粉河中学校に来ることになったスクールカウンセラーの**平阪 基樹**です。“カウンセラー”と言うと、だいたい「(結局は)何する人？」とよく言われます。または、(極端な場合は)「なんか…病んでる人の相談に乗る人？」というイメージを持たれている人もいます。ざっくり言うと、カウンセラーとは“話すことを通して、その人が普段思っていることを整理するお手伝いをする人”です。(イメージとしては“何でも作戦会議の相手”でしょうか…)

「朝起きられない…」「この勉強するのがしんどいな…」

「また注意された…」「お友だち付き合いが上手くいかない…」 などなど

そんな困ったことや「このお話、誰かに聞いてほしい!」ということがあったら、どんなことでも大丈夫ですので、教えてくれるとうれしいです。

学校の中を歩いていることも多いので、見かけたら、声をかけてくださいね!

## ●相談についてのQ & A

Q1. 「こんなことで相談に行っているん?…」って迷うんだけど?

A1. 皆さんが思っている以上に、“どんなことでも大丈夫”です!

Q2. 自分が話したいことの窓口が、教育相談で合ってるか分からないんだけど?

A2. “どこに相談すればいいか聞きに行く”ことも、教育相談の利用の仕方の一つです!

Q3. 話したいことがまとまってなんだけど?

A3. 実は“相談中に思い浮かんだことを口に出してみ、カウンセラーと整理していく”くらいが丁度よかったです。

Q4. 相談に行くとなると、勇気がいるんだけど?

A4. 逆に、このカウンセラーに話してみてもいいと思えるか、“皆さん方が試しに”会ってみるって気持ちで来てみてください。

Q5. 相談した内容が他の人に知られない…?

A5. 内容が外部に伝わることはありません。

## ●カウンセラー自己紹介

ひらさか もと き  
**平阪 基樹**



好きなこと アニメ鑑賞・さんぽ

好きな飲み物 コーラと  
コーヒー牛乳

好きなキャラ リラックマ (理由: かわいいから)

好きな番組 水曜どうでしょう

好きな FGO サーヴァント  
モードレッド・葛飾北斎・カイニス

## ●来校日について

【 4月】 18日・25日

【 5月】 9日・23日・30日

【 6月】 6日・13日・20日

【 7月】 4日・11日・18日 / 【8月】 29日

【 9月】 5日・12日・19日・26日

【10月】 3日・10日・17日・31日

【11月】 7日・14日・21日

【12月】 5日・12日・19日

【 1月】 9日・16日・23日・30日

【 2月】 6日・13日・27日

【 3月】 13日・19日

✓全て**木曜日**で、11:30~16:30で来ています。

※3月19日のみ水曜日です。