

● スクールカウンセラーだよ！ ●

フェリシア高等学校の皆さん、初めまして。
この5月から、スクールカウンセラーとして参りました
渡部 美智子（ワタナベ ミチコ）と申します。

一人では悩んでしまうことも、だれかに話すことで
自分の気持ちに気づき、考えがまとまったり解決方法が
見つかることがあります。

ぜひ気軽に、カウンセリング室にお話に来て下さいね。

出勤日

月・火・木

♪自己紹介♪

好きな食べ物：ベトナム料理・スイーツ全般
趣味：イラストを描く・歌を歌う・
ピアノを弾く、バイクに乗る・ゲーム

自分の強みを見つけたい

- 自分の得意なところを知りたい
- 将来やりたいこと、
進路について考えたい
- 自分の良いところを、もっと
伸ばしたい
- 好きなことや熱中している
ことについて話したい

こんな時に
気軽に相談して
ください

★相談室は予約制です★

担任の先生に、
・ **カウンセリング室に行くこと**
・ **カウンセリングを受ける理由**
を自分で伝え、
事前に予約を取って下さいね。



悩み・不安がある

- 勉強がうまくいかない
- 友達関係のことで悩みがある
- 家族とケンカしてしまった
- すぐ緊張してしまう
- SNSやインターネットの
やり取りで困ったことがあった

気分・体調がすぐれない

- やる気が出ない
- 気分が落ち込んでいる
- イライラする、怒りっぽい
- 疲れている、だるい
- 頭が痛い、お腹が痛い