



2025年4月発行

綾瀬高等学校スクールカウンセラー 大森美奈子

スクールカウンセリングだより(第1号)

2025年度が始まりました。1年生のみなさん、綾瀬高校への入学おめでとうございます。高

校での生活には慣れてきましたか?2、3年生のみなさん、新しいクラスで楽しめていますか?

環境が変わって気持ちがワクワクすることもありますが、その一方で緊張したりストレスがたま

ることもあります。勉強、友達関係、進路など、不安になることもあるでしょう。



そんな時はつらい気持ちをため込まず、早めに友達、先生、家族など、「頼ってみても

いいかな?」と思える人に話をしましょう。人に頼ることは決して悪いことではありません。

人はだれかに頼りながら、少しずつ自分の力で進んで行けるようになるものなのです。

★カウンセラー自己紹介



名前: 大森美奈子

好きなこと・もの: 散歩、犬、ミュージカル鑑賞、ディズニーに
関すること・もの

きらい(苦手)なこと・もの: パソコン操作、セミ

昨年度から綾瀬高校でカウンセラーをしています。やっと学

校に慣れて、少し様子がわかるようになってきました。みなさ

んが楽しい高校生活を送れるようにお手伝いしたいと思って

います。気軽に利用して下さい。どうぞよろしくお願ひします。

*保護者様からのご相談にも対応しております。

5~7月の開室日

5/13 (火)、20 (火)、27 (火)

6/3 (火)、17 (火)、24 (火)

7/1 (火)、8 (火)、14 (月)、18 (金)

*7/1 (火) と 14 (月) は午前中のみです。

★予約の取り方★

*担任・副担任の先生、保健室の先生、コーディネ

ーターの寺原先生にお願いする。

*直接カウンセラーのところに来て取る。

