

# キャリアあさば - た - キャリアサポーター だより

【通算 第25号】 令和4年(2022年)6月1日 発行  
けいりつかわさきこうとうがっこう きゃりあしえんぐるーぷ きゃりあさば - た - がわわひでひこ  
県立川崎高等学校 キャリア支援グループ キャリアサポーター 川勾彦彦



## キャリア相談 でお待ちしています

お気軽にどうぞ!

キャリア相談は、キャリアサポーターと進路や将来のことなどについて何でも相談できる機会です。進路相談室にある相談コーナーで、ゆったり、じっくりと個別相談ができる、県川崎ならではのスペシャルコーナーです。



暑い日や雨の日、ちょっと寒い日。天気はめまぐるしくかわるけど、こんなときこそ、身体の健康第一にしましょう!

### キャリア相談 (進路なんでも相談) って何?

自分の進路選択や将来について「こんなことを知りたい、こんなことを話してみたい」など何でも話したり相談できる場です。悩みや迷いがあれば、一緒に解決の方法を考えていきましょう。情報を一緒に調べていきましょう。志願理由書や面接の練習のお手伝いもしています。キャリアサポーターが、あなたの心に寄り添いながら、支援をしていきます。

### キャリア相談をするとどうなるの?

■ 悩みや不安、考えや希望などを「話すこと」で心にとてもよい効果がうまれます。

#### ① 話すことで、自分の心が見つめられる



人間は誰かに話すことによって、落ち着いて自分の心を見つめることができます。悩んでいたり不安に感じていたりしても、解決のきっかけが見えてくるかもしれません。

#### ② 話すことで、考えていること、やるべきことが見えてくる



自分の将来や目標を考えれば考えるほど、迷ったり、考えが混乱することがあるかもしれません。そのようなときは、家族や友人にもうまく話せないものですね。キャリア相談では、あなたの話をじっくり聴きます。自分の考えを整理して、今、やるべきことと一緒に確認したり必要な情報を紹介するなどのお手伝いをすることができます。

#### ③ 話すことで、楽になる



進路について悩みや不安がある人はもちろん、ちょっと話したい人も歓迎しています。何も決まっていな人は大歓迎、全然わからない人は超歓迎です! 話すだけでも、心が解放され気持ちがすっきりと楽になります。いきいきと、勇気がわいてくるでしょう。

裏面にはキャリア相談に申し込む方法など、まだまだ情報がたくさん! →

# キャリア相談の申し込みはど

Q キャリア相談はいつできるの？

A キャリアサポーターが進路相談室にいる日の午後にできます。  
進路相談室ドアのカレンダーを見てください。

Q キャリア相談は予約が必要なの？

A 予約は必要ありません。相談したい時にいつでも声をかけてください。  
予約をすることもできます。その時間はあなたのために確保されます。  
相談日時が決まっている人は、予約がおすすめです。

Q 予約はどのようにすればいいの？

A キャリアサポーターに直接、声をかけてください。  
もし、他の人が相談中でも「予約したいです」と声をかけて大丈夫です。  
キャリアサポーターが不在の時は、担任の先生に予約したいことを伝えてください。

Q 卒年次生じゃないけれど、キャリア相談をしても大丈夫？

A もちろんです。今までも1、2年次生が、たくさん相談に来ています。  
むしろ「もう、進路選択は決まってるよ」という人、本当に大丈夫ですか？

Q 面接の練習や、提出書類なども一緒に考えてくれるって本当？

A なんと本当です！ 例えば面接練習はもちろん、面接で話す言葉や  
志願理由書など提出書類に書く内容など、何も浮かばない時はぜひどうぞ。  
一緒に考えていきましょう。安心してください。  
昨年度もたくさんの卒年次生が受験対策の相談に来ていますよ。

Q すごい簡単なことがわからないけど聞いて平気ですか？

A もちろんです。誰にとっても初めての進路選択です。簡単なことでも、  
不安なことやわからないことは、気軽に聞いてください。  
キャリア相談は何も決まっていな人、大歓迎、全然わからない人、超歓迎です！  
誰にも話せていない、将来に関する、本当の思いを聞かせてください。

Q 保護者が利用したいと言っているんだけど？

A キャリア相談は保護者の方も利用できます。「大歓迎です」と伝えてください。  
保護者の方は予約をして利用してください。

## 特報！ 6月のキャリアサポーターがいる日はちょっと違う

キャリアサポーターは、毎週火・木の午後にいることが多いですが  
6月はいつもと違う日にいますのでご利用ください。

6月2日(木)

6月14日(火)・15日(水)・16日(木)・17日(金)

6月29日(水)・30日(木)

テスト期間中はお休みです。

卒年次生の三者面談期間はいます。

ぜひ利用してくださいね



※これ以外の日に利用したい時は、遠慮なく各年次の先生にお願いしてください。