

相談室だより 第1号

スクールカウンセラー 鈴木裕子

(相談室直通電話番号) 080-2024-8900



ご入学・ご進学おめでとうございます

皆さん、こんにちは。スクールカウンセラーの鈴木です。

新しい年度が始まりましたが、休校が続き、あっという間に1か月が過ぎようとしています。皆さんは、毎日どのように過ごしていますか？ 自宅ですっと過ごしていると、生活リズムが崩れる、運動不足になる、イライラする、不安になるなど困ったことが起こっていませんか？

★ 相談室は休校中も開室しています！ ★
★ スクールカウンセラーと話してみませんか？ ★

相談室とは？

日々の生活の中でさまざまなことについて、自由に話し、相談できる場所です。

- ・最近やる気がなくて…
- ・イライラする
- ・コロナに対して不安・怖い
- ・友だちと会えなくてさみしい
- ・家族との喧嘩が増えた
- ・自分の性格について考えてみたい
- ・授業がなくて進路のことが心配

こんなとき、相談室を訪ねてみてください。人に話してみると、モヤモヤしていたことがはっきりしたり、解決の糸口に気づいたりすることがあります。気軽にお話に来てくださいね！

休校中の相談室の利用方法

- ① SC勤務日(下記参照)の場合は、カウンセラーに直接、「相談したい」、「予約したい」と伝えてください。
- ② SC勤務日以外は、学校に電話して先生に「相談したい」、「予約したい」と伝えてください。
- ③ 相談日は標準服・マスク着用をお願いします。

なお、相談室は校長室や職員室がある棟の2階にあります。職員室を基準にすると、トロフィーが飾ってある戸棚に向かって、校長室、応接室、印刷室に続く隣の部屋、「一番奥の部屋」にあります。

保護者の皆様へ

お子様のご入学・ご進級おめでとうございます。相談室は、生徒の皆さんばかりでなく、保護者の皆様にもご利用いただいております。外出自粛が続き、本人にとっても、保護者の皆様におかれましても大変な日々を過ごしていらっしゃると思います。このような時期に伴い、どのご家庭でも不安になったり、イライラしたりすることが多くなり、お困りのことがあるかと思われます。気がかりなことがありましたら、どうぞご相談ください。ご利用・ご予約の方法は上記のとおりです。

◆スクールカウンセラー5月・6月の勤務日◆

< 5月/14日(木)、21日(木)、28日(木) >

< 6月/4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木) >