

相談室のご案内

令和3年4月
スクールカウンセラー 三嶋

新年度が始まりました。この一年を健康に、なるべく明るい気持ちで過ごしてもらえたらと思っています。身体の健康のために予防をしたり休息をとったりするように、心の健康にもケアが必要です。今年度も相談室は水曜日に開室していますので、何かあったときには学校にお話できる場所があることを思い出してください。よろしくお願いいたします。

相談室では、学校のこと、プライベートのこと、いろいろな悩みや困りごとについて話をすることができます。

<こんなことはありませんか？>

- コロナ禍でストレスがたまって辛い
- 人間関係がなんとなく苦手だ
- 学校生活や受験にプレッシャーを感じている
- 不眠や落ち込みがなかなか解消できない
- 学校に行くのがしんどいと思うことが増えた
- 進路に心理学部や、カウンセラーになることを考えている
- 特に解決やアドバイスは求めていないが、話を聞いて欲しい

<保護者の方へ>

相談室では、お子さんについての気になることがご相談いただけます。相談は面談・電話のいずれかになります。何かありましたら、いちどご連絡をお願いいたします。

- 【相談室の開室日】 通常は水曜日開室
行事の変更などに伴い、変更する可能性があります
- | | | | | | |
|----|-------|-----|--------|-----|-----|
| 4月 | 28日 | | | | |
| 5月 | 8日(土) | 12日 | 15日(土) | 19日 | 26日 |
| 6月 | 2日 | 9日 | 16日 | 23日 | 30日 |
| 7月 | 9日(土) | 14日 | | | |
- 【開室時間】 8:30~17:00
- 【予約方法】 電話 03-3354-7411 または 保健室の先生に伝える