

スクールカウンセラーだより (No. 2)

令和6年9月
スクールカウンセラー 飯島 徳子・増永 郁子

皆さん、こんにちは。夏休みはいかがでしたか？

戸山祭から始まる2学期、ちょっと気になること、心配なこと等ありましたら、相談室にお話しに来ませんか？ 自分のことを話すことで、以下のような効果が期待できます。

- ・ 人に話すことで思いがけない言葉が出てきて、それが新しい自分の発見につながる場合があります。
- ・ 嫌な思い出は忘れ、本当にしたいことを思い出す、いわゆる気持ちの整理ができます。
- ・ 学生時代に異世代の相手と話すことで、見えてくる自分の将来像もあります。

また、それだけではなく、カウンセリングを受けるということは、自分を成長させる試み、課題があればそれを自力で解決しようとする勇気ある試み、と捉えることができます。

予約は、担任の先生か保健室の先生に希望の日時(原則、昼休みか放課後)を伝えてお願いしてください。または下記の開室日に直接カウンセリング室(1階 保健室の隣)で予約を取ることもできます。お待ちしております！

2学期開室日

	月曜日(事情により火曜日)	金曜日
9月	2日 9日 17日(火) 24日(火) 30日	6日 13日 20日 27日
10月	7日 21日 28日	4日 11日 18日 25日
11月	5日(火) 11日 18日 25日	1日 8日 15日 22日 29日
12月	2日 9日 16日 23日	6日 13日 20日



9月17日、9月24日、11月5日は火曜日に開室する予定です。



<<保護者の方へ>>

相談室は保護者の方も対象としております。お子様のことでお悩みのこと、ご相談されたいこと等ありましたら、お気軽にお話しにいらしてください。お電話での対応も可能です。保健室にお電話の上、スクールカウンセラーと面談希望であることを伝えて予約をおとりください。よろしくお願いいたします。 <電話> 戸山高等学校 代表 03(3202)4301