

相談室だより

ご入学、進級おめでとうございます。
木々の若葉を楽しめる頃となりました。

スクールカウンセラーは、今年も皆さんが元気に充実した高校生活を送ることができるようにお手伝いしたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。

健康的な生活を送れるように気をつけてください。それには規則正しい生活を送るよう
に心がける。自分にあった睡眠時間を取り、バランスの良い食事を静かにとる。など高校
生として自信がもてる行動をとってください。

不安になったり、心配なことが起こったらそのままにしないで、誰かに相談するよう
にしましょう。相談室にはどんなことでも相談に来てください。気軽に立ち寄ってくれるのを
待っています。

守らなければいけないことは守り、気分転換できそうなことを探してみましょう。例えば
図書室に行ってこれまで読まなかった分野の本を手にとってみることで、新しい世界が
見えてくることもあるかもしれません。



保護者の皆様

お忙しいと思いますが、家でのお子さんとの会話を大切にしてください。その中でもし
ご心配なことがあれば、気軽に相談にいらしてください。よろしくお願いします。

スクールカウンセラー 播磨美智子

相談の申し込みは担任の先生、養護の先生を通して予約するか、生徒の皆
さんは開室日に直接来室しても大丈夫です。

(開室日に直接電話でお話しもできます。)



相談室の場所 生徒相談室 本館二階 (赤階段をあがって左)

開室日 4月 19日, 26日(水曜日)27日(木曜日)

5月 10日,17日,24日,31日(水曜日)

開室時間 8時半～17時

相談室への電話番号 042-792-2891(代表)(内線で回してもらえます)

