

泉が岡



令和5年4月14日
宮城県塩釜高等学校

5月

- 2日(火)東キャンパス
- 11日(木)西キャンパス
- 16日(火)東キャンパス
- 25日(木)西キャンパス
- 30日(火)東キャンパス

6月

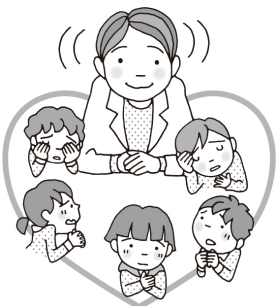
- 8日(木)西キャンパス
- 9日(金)東キャンパス
- 20日(火)東キャンパス
- 29日(木)西キャンパス

7月

- 4日(火)東キャンパス
- 13日(木)西キャンパス
- 18日(火)東キャンパス
- 20日(木)西キャンパス

申し込み先

担任または
カウンセリング担当の先生



塩釜高校のみなさん、こんにちは。東キャンパスのスクールカウンセラーです。
1年生のみなさん、高校生活が始まりましたが、いかがですか。中学の時とはだいぶ違う生活リズムに、戸惑っている方、早い起床時間で午前中に眠気が・・・など、
など。そろそろ疲れを感じている方もいるかもしれませんね。そんな方は、是非、この「カウンセリング便り」に目を通してください。

みなさんの中には、“カウンセリング”というと「何か悩みがあるの?」とか「何か問題のある人なの?」と思う人も多いかもしれませんね。カウンセリングは、精神科病院やクリニックに通っている人が、病気を良くなるために受ける治療のような特別なこととはちょっと異なります。学校での“カウンセリング”は、もう少し身近なことをカウンセラーと一緒に考えていく作業と思ってください。ですから、「ちょっと話を聞いてもらいたい」「自分のことをもっと知りたい」や「友達関係のことで悩んでいる」「恋のことで悩んでいる」などのちょっとした話や「最近気分が沈んでしまう」「マイナスな考えばかりで・・・」といったちょっと心配な相談まで、みなさんが学校生活の中での“ちょっと心配なこと”“ちょっとした悩み”などの相談を話せる場です。ちょっとした相談なら、友達や親に話せるから、という方もいるでしょう。でも、第三者に話すことで新たな気づきが得られることもありますので、カウンセリングは、みなさんの学校生活を支援していくものです。

カウンセリングは、カウンセラーと一緒に進めて行く作業です。お話の内容によっては、1回で終わらず継続して行くこともあります。その時は、授業に支障がないように日時を調整しながら行っていきます。

カウンセリングの予定日は、保健室前に貼り出してあります。カウンセリングを希望するときは、教育相談担当の先生や養護の先生、担任の先生を通して申し込んで下さい。

では、よろしくお願ひします。

東キャンパス(火曜日)	開室月	西キャンパス(木曜日)
25日	4月	20・27日
2・16・30日	5月	11・25日
※9(金)・20日	6月	8・29日
4・18日	7月	13・20日

保護者の皆様へ

宮城県塩釜高校カウンセリング室では、生徒さんからの相談だけでなく、保護者の皆様からの相談もお受けしています。どうぞご利用ください。

★時間・場所

- 東キャンパス 10:50~16:00 相談室(1階校長室隣)
 - 西キャンパス 10:50~16:20 保健室内カウンセリングルーム
- ※実施時間・場所は変更になる場合があります。

- ★お問い合わせ先 (東) Tel 022-362-0188
- (西) Tel 022-362-1011

