



## 8月

29日(水) 東キャンパス

## 9月

11日(火) 西キャンパス

12日(水) 東キャンパス

18日(火) 西キャンパス

19日(水) 東キャンパス

### 申し込み先

担任、またはカウンセリング担当の先生



カウンセリングルーム便り

No.3

# 泉が岡

平成30年8月29日  
宮城県塩釜高等学校

塩高のみなさん、こんにちは。スクールカウンセラーです。  
最近の異常気象は、もはや異常ではなく「あたりまえ」でしょうか。  
今年も早すぎる梅雨明けから猛暑を超えた酷暑の夏が過ぎ、処暑を過ぎると空気は一変して、ここ数日の朝夕の肌寒さと、体調管理が大変ですが、身体の調子を崩している方はいませんか。

9月は、塩高祭があります。前期第2回考査も行われます。そして、就職を希望している3年生は、いよいよ就職活動が始まります。心と身体のバランスを崩さないように注意してください。

さて、今回は「スクールカウンセリングの紹介」です。

「カウンセリング」というと、「何か悩みがある」とか「問題のある人」が受けるものと思う人がいるかもしれませんが、もちろん、医療機関や相談機関で受けるカウンセリングには、そんなふうに捉えて良い場合もありますが、「スクールカウンセリング」は、もう少し広く捉えて、相談や心配なことはもちろんですが、“ちょっと話を聞いてもらいたい”ことや“自分のことをもっと知りたい”など、スクールカウンセラーと一緒に考えていく作業のことをいいます。

みなさんも、中学生時に「スクールカウンセリングルーム」になんとかなく遊びに行ったり、相談した経験のある方もいるかと思います。スクールカウンセリングは、みなさんの学校生活を応援する「心の相談室」です。どうぞ気軽に来室して相談下さい。

カウンセリングルームは、西キャンパスが火曜日、東キャンパスが水曜日に開室しています。カウンセリングを希望する方は、保健室の先生、教育相談担当の先生、担任の先生を通して申し込んで下さい。よろしくお願いします。

(西キャンパス スクールカウンセラー)

## 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 10:50~16:20 相談室(1階校長室隣)

西キャンパス 9:50~16:20 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

