



5月

12日(木) 西キャンパス
17日(火) 東キャンパス
19日(木) 西キャンパス
26日(木) 西キャンパス
31日(火) 東キャンパス

6月

2日(木) 西キャンパス
14日(火) 東キャンパス
23日(木) 西キャンパス
28日(火) 東キャンパス
30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



カウンセリングルーム便り

泉が岡



No. 1

令和4年5月10日
宮城県塩釜高等学校

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、高校生活がスタートして1ヶ月が経ちました。新型コロナウイルス感染症に気を付けての学校生活ですが、体調に注意しながら、充実した高校生 Life を送って下さいね。

さて、今年度のスクールカウンセリングについてご紹介します。塩釜高校には二人のスクールカウンセラーが、東キャンパスと西キャンパスに分かれて活動しています。

みなさんの中には、「カウンセリングを受ける」というと「何か悩みがある」あるいは「何か問題がある」人が受けるものと思っている方がいるかもしれませんが、一般的に病院や相談機関でカウンセリングを受ける場合は、病気の人や相談事のある人が受けている場合が多いので「問題のある人が受ける」という捉え方になりますが、学校でのカウンセリングは、もう少し身近なこと、例えば、「最近気分が沈んでしまう」「マイナスな考えばかりをもってしまう」「クラスにしていると緊張する」といった学校生活を送っていく中での心配なことはもちろん、「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」など、など。みなさんの学校や家庭生活でのちょっとした心配事やちょっとした悩みなどをカウンセラーと一緒に考えて行く作業と思って下さい。ですから、学校でのカウンセリングは、1回で終わることもありますが、継続して行うこともあります。継続カウンセリングの場合は、授業に支障がないように配慮されますので安心して下さい。

スクールカウンセリングは、みなさんの学校生活を支援していくためのものです。悩みは、人に相談することで半分になると言われています。どうぞ気軽に来室して下さい。

カウンセリング予定日は、東西キャンパスの保健室前に張り出してあります。カウンセリングを希望する方は、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。よろしくお願いします。

東キャンパス(火曜日)	開室月	西キャンパス(木曜日)
※2(月)・17・31日	5月	12・19・26日
14・28日	6月	2・23・30日
12日	7月	7・14日
※22(月)・30日	8月	—

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 9:50~16:20 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

