



# スクールカウンセラー活用のご案内

令和3年4月

ご入学おめでとうございます！季節はようやく春本番となりました。どんな3年間になるのだろう、とわくわくする気持ちが大きいでしょうか。あるいは、不安な気持ちも大きいかもしれません。また、昨年から続く新型コロナウイルスの影響もあり、皆さんも大変な状況だと思います。環境の変化の大きいときですが、少しずつでも自分なりの生活のペースをつくっていくことが大切です。

さて、この中学・高校の時期は、大人へと成長していく過程の中で、一人ひとりが新しい体験を積み重ね、自分で自分の問題に気づき、解決していくことが大切になっていきます。中学生、高校生の皆さんは、思春期特有のさまざまなストレスや悩みを抱え、どうしていいかわからないということがあるかもしれません。カウンセリング・ルームでは、皆さんからの悩み相談はもちろん、少し話を聴いてもらいたいといったときにも気軽に利用していただいています。特に現在は、外にもなかなか遊びに行けないなど、ストレスとなることも多いと思います。どんなことでも構いません。ぜひ、利用してみてくださいね。



悩んでいるのはあなただけではありません。誰もが悩んでいるのです。

悩むことは恥ずかしいことではありません。

人は悩むことにより成長していくのです。

しかし、悩みに押しつぶされては何にもなりません。

相談内容は家族にも先生にも秘密にします。

個人の力には限界があります。ひとりで悩まず、気軽に安心して相談して下さい。



## カウンセリング・ルームのご案内



### ○ 曜日別担当カウンセラー

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
担当	藤堂 吉基	藤堂 吉基	吉野 京子	吉田 藍	海内 貴樹

スーパーバイザー：片山 和男

※事情により変更がある場合があります。事前に電話等でお問い合わせください。

○ 連絡先・予約先 ※原則として予約制ですが、空き時間には随時相談に応じます。

・ 中学・高校保健室に直接来室して予約をする

・ 電話にて高校保健室に予約する 052-721-1521 (代)

・ 携帯電話に電話 090-8672-8677 (平日 9:00~17:00)

※つながらない場合は留守番電話に名前と電話番号を録音して下さい。折り返しお電話させていただきます。