

カウンセリング通信

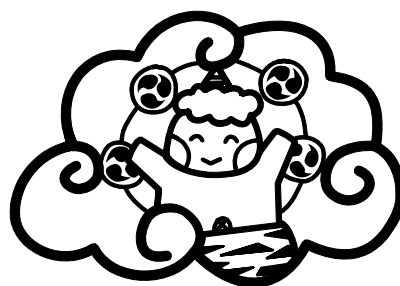
令和4年 1月号
生徒指導課教育相談係発行

新しい年がスタートしました！お正月モードから通常モードの切り替えはできていますか？寒い冬が本格化してきましたが、心も体も元気に過ごせるようにしたいですね。3学期も定期的にスクールカウンセラーの先生にご来校いただきます。

- 以下の項目に当てはまる人はカウンセリングで解決のヒントが得られるかも？
 - 学校の授業を受けるのがしんどい時がある。進級できるか不安だ。
 - 提出物を出すのがしんどい。気が散りやすい。すぐ忘れてたりすることがある。
 - 机に座ってじっと話を聞くのがしんどい時がある。理由もなくムシャクシャ、イライラする
 - 人付き合いがしんどい。気の合う友人が見つからない。気持ちに人に伝えにくい。
 - 学校、部活、クラスの雰囲気やしんどい。
 - 生活リズムが整わない。遅刻が多くなってしまう。
 - 家族、友人や親しい人との人間関係、進路のことなど、悩みがある。
 - 打ち明けにくいことを、誰かに聞いてもらいたい。 →よければ活用してみてください！

3 学期のカウンセリング予定

1月19日(水) 1月26日(水)
2月10日(木) 2月16日(水)
3月16日(水) 3月23日(水)



※予定の時間は10時～15時です。
延長もしていますので、時間は相談してください。

- 話をしてみたい・聞いてもらいたいと思っている生徒は、担任の先生や保健室または生徒指導教育相談係へ声をかけてください。プライバシーについては十分に配慮をします。また、授業への支障がないようにも配慮しますので安心して、積極的に活用してください。
- 保護者の方も相談していただけます。是非ご活用ください。ご希望される方は下記までご連絡ください。

連絡先： 堅田高校 Tel： 077(572)1206

(担当) 真野(教育相談係) または 中村(保健室・養護教諭)