

相談室だより 28年度9月号

高浜市立高浜中学校 相談室

今月の相談室だよりは、「相談すること」についてのお話です。

皆さんは何か困ったことがあった時、誰かに相談できていますか？ もしかすると「相談したって状況が変わるわけじゃない」「相談しても無駄」と感じてしまうこともあるかもしれませんね。

確かにすぐに解決することが難しい問題もあるでしょう。ただ、誰にも相談せずにいるよりも、「相談する」という行動を起こすこと自体に、ちょっとした良い効果があると私は思っています。

私たちは、悩みだしてしまうと、いろんな思いが頭の中でぐるぐるとうずまいてしまって、わけが分からない状態に陥ってしまうことがあります。そういう時、「人に話す」という作業をすると、自然と少しずつ、気持ちの整理ができるのです。そしてそれは、状況を変える第一歩になります。ですから、心配事があったら、1人で考え込まず、ぜひ誰かに相談してください。もちろん相談室では、スクールカウンセラーが気持ちの整理のお手伝いをしますから、気軽に申し込んでくださいね。

相談室のご案内

スクールカウンセラー 亀井 泉（心理学を学んだ臨床心理士です）

- ・生徒の皆さんの相談は、放課や放課後に行います。 ・相談は原則、1対1で行います。
- ・やむを得ず授業中相談する場合は、担任・教科担任の先生の許可が必要です。

申し込み方法

- ① 身近な先生や相談室担当の新家先生に伝える。
- ② 相談室前にある申し込み用紙に記入し、相談室前のポストに入れる。
- ③ 相談室あてに手紙を送る。 〒444-1332 高浜市湯山町七丁目1番地1 高浜中学校相談室

<保護者のみなさまへ>

相談室では保護者のみなさまからのご相談もお受けしています。

登校について、お子様の学校生活について、日々の子育てについてなど、「本校に通う生徒に関する相談事」であれば幅広く相談できます。費用はかかりません。お気軽にご利用ください。

相談は予約制です。相談室担当（新家）または担任までご連絡ください。高浜中学校 53-0279

9～10月の相談日

日付	曜日
9月6日	(火)
13日	(火)
20日	(火)
27日	(火)
10月4日	(火)
11日	(火)
18日	(火)
25日	(火)

