

## カウンセリングを受けてみませんか？

「カウンセリング」とか「相談する」というと、少し敷居が高いと感じる方もいると思いますが、学校のことはもちろん、友だち関係、おうちでの問題、勉強・・・など何でもかまいません。もし「人に相談なんてしても…」という気持ちがあったら、様子を見に一度訪れてみるのもあります。本校にはスクールカウンセラーと学び生活アドバイザーの2名の先生がおられます！すぐには解決できないことでも、どうしたら楽になるか、一緒に考えていきたいと思えます。生徒だけでなく、保護者の方も利用することができます。

前年度も多くの方が利用されていますので、気軽に相談してください。

### 悩みがある

人間関係のトラブル、学習面での不安、集中ができない、気になること

### 気分の不調

イライラする、気分が落ち込む、やる気が出ない、涙が出てくる

### 体調が悪い

頭痛・腹痛が続いている、体がだるい、眠れない、なんだかわからないけどしんどい等

相談はここにある以外のことでかまいません。  
愚痴や気持ちを吐き出す場所として使うのもアリです！  
少しでも違和感や気になることがあれば相談してください！



### 相談方法

- ①保健室へ直接申し出る
- ②担任の（身近な）先生に伝える
- ③学校に☎ 075-872-1700（学校代表）→保健室
- ④QRコードから  または クリックすれば予約できます！



<https://x.gd/NMki0>

令和5年度

## スクールカウンセラー来校予定日

\*短縮授業等で時間が変更になることもあります。

木曜日	時間⇒	①12:10 4限	②12:50 昼休み	③13:30 5限	④14:30 6限	⑤15:30 放課後①	⑥16:15 放課後②
4月13日		×	×				
4月27日							
5月11日							
5月18日							
5月25日	中間考査	11:00	12:00	13:00	×	×	×
6月1日							
6月8日							
6月15日		×	×				
6月22日							
7月6日							
7月13日		×	×				
7月20日	終業式				×	×	×
8月31日	午後 文化祭準備	×	×				
9月14日							
9月21日							
9月28日		×	×				
10月5日							
10月12日	中間考査	11:00	12:00	13:00	×	×	×
10月19日		×	×				
10月26日							
11月2日		×	×				
11月9日							
11月16日							
11月30日	期末考査	11:00	12:00	13:00	×	×	×
12月14日							
1月18日							
2月1日		×	×				
2月8日		×	×				
2月22日		×	×				
3月14日							