

# 相談室だより

平成31年4月 生徒相談部

## 平成31年度スタート!

新入生の皆さん、入学おめでとうございます。2年生・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。新しいクラスでまた一年がスタートしますね。コンディションは万全ですか?



## 相談室の使い方

### 場所?

相談室 (3階校舎の1階、生物室の手前)

### 利用するには?

生徒相談部の先生へ「相談したい」と伝えてください。担任の先生を通じて伝えてもらってもいいです。

また、相談室の前にポストがあります。ポストの下の机に「こちらの相談」申込用紙があるので記入してポストに入れてください。普通の紙に手紙を書いてくれてもOK。



直接来室する場合は、以下の時間帯に相談室に下記の相談部の先生が在室しています。気軽にノックしてください。

	時間帯	月	火	水	木	金
昼休み	13:00~13:20 (12:40~13:00)	神谷	久綱	片岡	久綱	神谷
授業後	16:00~16:50	片岡	神谷	久綱	× (会議)	片岡

また、去年に引き続き、メールで相談室(面談)の予約ができます。このアドレスは、私(久綱)だけが開きます。学校に来ることができなくなってしまうたり、直接予約しにくければ、このメールアドレスを利用してください。その際は必ず、学年・組・名前を入力してください。

<メールアドレス> [mission\\_zero@handa-ch.aichi-c.ed.jp](mailto:mission_zero@handa-ch.aichi-c.ed.jp)

\*学校のパソコンで平日のみ確認できます。土日にメールをくれた人は、少し待ってください。

## どんなことを相談したらいいの?

勉強や部活、友達関係、進路、自分自身のこと、家族のこと、どんなことでもかまいません。私たちは、皆さんの学校生活に関する様々な不安や悩みを聞いて一緒に考えます。



春は新しい年度が始まり、ときどき、わくわくする一方で新しい環境に慣れるのに時間がかかったり、緊張したり、こころが疲れやすくなる季節でもあります。悩んだり、上手いかないときは誰にでもあります。

大切なことは「上手に頼れるようになること」です。一人で抱え込まずに誰かに頼る練習をしてみませんか?



## スクールカウンセラーが来校します

相談室で先生方と面談するほかに、月に1~2度スクールカウンセラーが来校します。先生に言えないことはカウンセラーに話してみませんか?こころが疲れたり、何となくモヤモヤしたり、自分がコントロールできなくなったらいつでも声をかけてきてください。



スクールカウンセラー来校日 4月24日(水)

相談部の担当は、私たちです。1年間よろしくお祈いします!

久綱千賀子: 家庭 ... 職員室・家経室(3階校舎2階)

片岡和寛: 理科 ... 職員室・化学準備室(4階校舎2階)

神谷源一: 商業 ... 職員室