

教育相談（スクールカウンセリング）のご案内

教育相談室（カウンセリングルーム）は、みなさんが悩みや問題を抱えたとき、それをじっくりと考える場です。スクールカウンセラーは、みなさんの話をよく聴き、解決法をいっしょに考えます。高校生時代は、多くのことを考える時期。人間関係や将来のこと、自分の性格のことなど……さまざまなことが気になるのは成長の証拠です。

相談室でじっくりと考えることで、今まで気づかなかった点を発見・理解できるかもしれません。保護者の方も利用できます。



こんなことが相談できます

生徒のみなさん

学校生活について

- 「登校するのがつらい」
- 「勉強についていけない」
- 「部活で悩んでいる」 など

人間関係について

- 「友達・先輩・異性との関係に悩んでいる」
- 「先生や家族との関わりが難しい」 など

自分自身について

- 「自分の性格について考えたい」
- 「困っていることがある」 など

保護者のみなさん

学校生活について

- 「長期間欠席している」
- 「学校を休みがち」
- 「いじめられている・いじめている」 など

子育て・家族関係

- 「子供とコミュニケーションがとれない」
- 「子育てがうまくいかない」 など

心理・行動面の心配

- 「落ち着きがない」「気持ちが不安定」
- 「集団行動が苦手」「元気がない」
- 「事件や事故に巻き込まれた」
- 「大切な人やものを失った」 など

スクールカウンセラー

あがつま
我妻ひろみ（臨床心理士・公認心理師）

新入生のみなさん、はじめまして。2、3年生のみなさんこんにちは。スクールカウンセラーの我妻ひろみ（あがつまひろみ）です。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

新しい学校や新しいクラスなどの環境が変わると、慣れるまでにはたくさんのエネルギーが必要になります。そのため、エネルギーが足りなくなって苦しい気持ちになったり、体に不調が出たりすることもあるかもしれません。相談室では、みなさんの気持ちが少しでも楽になるように、お手伝いをしたいと思っています。はっきりとした悩みがなかったとしても大丈夫です。ぜひ一度利用してみてください。

カウンセリングの予約方法、相談予定日は裏面をご覧ください。



【お知らせ】

新型コロナウイルス感染症防止のため、電話での相談も受け付けています。
相談室直通電話 022-237-5355 へご連絡ください。

生徒のみなさんは ……

(1)～(4)のどれかの方法で相談の前に予約してください。

- (1) 担任の先生か養護教諭（保健室の先生）にお願いして予約してもらう
- (2) メールで予約する メールアドレス soudan-st@sendai-c.ed.jp
予約専用です。相談内容はメールに書かないでください。
- (3) 相談室直通電話 [022-237-5355](tel:022-237-5355)（相談日の 9:30～16:30）で予約する
- (4) カウンセリングポストで予約する
事務室前のカウンターに予約ポストを設置してあります。
カウンセリング予約用紙（ポストの上にあります）に記入して、ポストに入れてください。
予約結果は「呼び出し名」で相談室前に掲示しますので、確認してください。
「呼び出し名」は、用紙に記入した本人とスクールカウンセラーしかわからない暗号名です。

カウンセリングの予約日は火曜日（9:30～16:30）です。

相談室は、教室棟1階職員玄関正面の左側です。

予約していなくても、「入室 OK」の札がドアにかかっている場合は、利用できます。

保護者のみなさんは ……

①～③のどれかの方法で相談の前に予約してください。

- ① 担任の先生か養護教諭を通して予約
- ② メール soudan-st@sendai-c.ed.jp で予約
予約専用です。
相談内容はメールに書かないでください
- ③ 相談室直通電話 [022-237-5355](tel:022-237-5355)
（相談日の 9:30～16:30）で予約



夏休みまでの相談予定日（時間は 9:30～16:30）

- 4 月は …… 7 日(木)14 日(木)15 日(金)21 日(木)28 日(木)
5 月は …… 12 日(木) 19 日(木) 26 日(木)
6 月は …… 2 日(木) 9 日(木) 23(木) 30 日(木)
7 月は …… 7 日(木) 14 日(木) 21(木)



※ 夏休み中の相談日はありません

※ 夏休み明けの相談日については、教育相談だより No.2 でお知らせします