

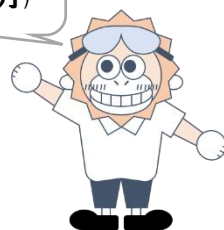


相談室だより



NO.3

9月8日(月)



2学期がはじまり1週間。自分のペースで。

2学期がスタートして1週間が経ちました。学校に登校するみなさんの足取りは、どんな感じですか？少～しだけ重い人もいるかもしれませんね。2学期、3年生はいよいよ進路に向けてラストスパート！2年生は部活動では中心となって活動したり、クラスでは修学旅行の計画など立てたりしますね。活動の中で周りのみんながすごく頑張っているように見えることがあるかもしれません。でも、自分のペースで大丈夫。あなたも十分頑張っています。自分を信じてあげましょう。もし何か心配なことがあったら、秘密は守られますので、心にたまったストレスを吐き出しに、相談室へいつでも来てください。

相談室開放日：毎週月・水曜日・金曜日 昼休み、毎週木曜日 放課後～16:50（エアコンあります）
それ以外の時でも、随時遠慮なく声をかけてくださいね。

グループトレーニング「キンパを作ろう！」

7月18日(金)に、グループトレーニングとして「キンパ(韓国風のり巻き)」を作りました。和気あいあいとした雰囲気の中、互いに助け合い協力し、わからないことは聞き合いながら、おいしいキンパが完成しました。参加者の感想では、「料理の難しさや楽しさがよくわかった」「うまくできるとうれしかった」「いつも弁当を作ってくれる親のすごさがわかった」「次回も参加したい」など、たいへん好評でした。齊藤SCにも参加していただき、にぎやかに楽しく会を終えることができました。次回は、12月に「クリスマスケーキ」を予定しています。ぜひ参加してください。



スクールカウンセラー来校予定日 生徒、保護者、誰でも利用できます！

(場所：8棟 カウンセリングルーム、時間：13:30～17:30)

	9月	10月	11月	12月	1月	2月
SC	11	7	6	11	15	12
来校日	(木)	(火)	(木)	(木)	(木)	(木)
	25	28	20	19	29	
	(木)	(火)	(木)	(金)	(木)	

保護者の方で希望される場合は、お子さまを通じてまたは学校まで直接お電話でお申し込みください。

電話：0537-22-7255
相談室担当：福岡

他にも外部の相談窓口もあります。周りを頼っていいんですよ。

- ハロー電話『ともしび』：【掛川局 **0537-24-8686**】
青少年の悩み相談／保護者との教育相談・悩み相談。匿名での電話相談に対応します。
相談日時：平日 午前10時～午後5時(年末年始を除く)
- 浜松いのちの電話【**053-473-6222**】
インターネット相談も実施しています。
相談日時：日～火 10:00～22:00
水～土 10:00～24:00
第2・4土曜日 24時間(年中無休)
- 静岡県性暴力被害者支援センターSORA
【**054-255-8710**】
インターネット相談も実施しています。
※2～4の電話相談はいずれも通話料が掛かります。



10月20日頃に、ころもからの健康調査といじめに関するアンケートを行います。何か困っていることがある人は、こっそり教えてくださいね。