



相談室だより

令和8年度第2号
令和8年4月24日
三島長陵高等学校
相談室

しんねんど はじ じゆんちゆう ひと おお うれ であら じゆぎやう にんげんかんけい つか た ころ
新年度が始まりました。順調にスタートできた人が多いと嬉しいですが、新しい授業や人間関係と疲れも溜まる頃
かと思ひます。十分な休息をとることができているでしょうか。スマホの画面から流れてくる速い情報に、少し疲れてい
ませんか？意識的に『何もしない時間』を作ること、それが今の皆さんには一番の贅沢かもしれません。私は自由時間
に漫画やアニメ、甘いものを楽しむのが好きなのですが、今日は皆さんに、とっておきの「癒やし」を紹介し
ます。三島市
在住の絵本作家、えがしらみちこさんです。

かのじよ みしましざいじゆう えほんさつか どうめいかん あわ すいさいが え すてき え み
彼女は三島市在住の絵本作家なのですが、透明感のある淡い水彩画の絵が素敵で、絵を見ているだけで癒されま
す。特におすすめたのが『あのねあのね』。実は、この絵本の舞台は三島市です。
つうがくろ み ふじさん げんべえがわ みしまたいしゃ みどり みな
通学路で見える富士山、源兵衛川のせせらぎ、三嶋大社の緑……。見慣れたはずの
けしきが、えがしらさんの筆を通すと、こんなにもキラキラとした尊いものだったのだと
きづかされます。

じゆう じかん スマートフォンを使う人も多かと思ひますが、ぜひ源兵衛川のせせら
ぎを聞きながら本を読むなど、自然の中でゆったりとした時間を過ごしてみてください。

（第2号担当：稲村 愛子）

高校生もOK

ひとり つか こ
一人で抱え込まないで…
連休中など相談先に困ったら

じかんこども 24時間子供SOSダイヤル

なやみ言おう
0120-0-78310



こま いじめで困ったり、
じぶん ゆうじん あんぜん
自分や友人の安全に
ふあん 不安があったりした
ひとり なや
ら、一人で悩まず、
でんわ
いつでもすぐ電話で
そうだん
相談してください。

今月のスクールカウンセラー・ソーシャルワーカーの来校日

スクールカウンセラー いしかわれいこ 石川 令子先生 ○5/22 (金) 15:20-19:20 ○5/29 (金) 15:20-19:20	スクールカウンセラー うさみみかこ 宇佐美貴子先生 ○5/7(木) 13:00-17:00 ○5/14(木) 13:00-17:00 ○5/21(火) 13:00-17:00 ○5/28(木) 13:00-17:00	スクールカウンセラー すずきたけゆき 鈴木 武幸先生 ○5月13日(水) 11:00-13:00 ○5月27日(水) 11:00-13:00	スクールカウンセラー わかおみちこ 若尾美智子先生 ○5/22 (金) 9:00-15:00	スクールソーシャルワーカー みよしてつし 三好徹史先生 ○5/7(木) 10:30-17:30 ○5/14(木) 13:30-17:30 ○5/21(木) 13:30-17:30 ○5/28(木) 10:30-17:30	スクールソーシャルワーカー いしだかおり 石田香織先生 ○5/13(水) 10:00-16:00 ○5/27(水) 10:00-16:00
--	--	--	--	--	---

面談には事前予約が必要です。
保護者の方も利用できます。

きりとり

そうだんしんじしよ
相談申込書

きにゆうび () 月 () 日

HRNO () 氏名 ()

希望日時：() 月 () 日 () 曜日 時間 (:) ごろ～

相談者希望 (○をつけてください) ⇒ 誰でもよい・希望がある () 先生を希望

相談内容：○をつけてください ⇒ 学業・人間関係・進路・身体・家族・その他 ()

連絡方法：① 携帯で 携帯番号 () ② 担任を通して

この用紙を
相談室前ポストに入れる

または
相談室の職員が担任に渡す