

スクールカウンセラーだより

スクールカウンセラー

コロナ疲れ、溜まっていますか？



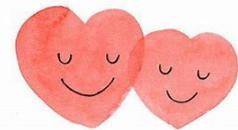
眠れない、起きられない、肩がこる、頭が重い、食欲がない、食べ過ぎる…
などの体の変化はありませんか。あるいは、
不安が続く、イライラしやすい、気分が落ち込む、やる気が出ない…
などの心の変化はありませんか。

体を動かす、誰かと話す、お風呂にゆっくり浸かるなどしてリフレッシュしましょう。

スクールカウンセラーは、生徒のみなさんが安心して元気に学校生活を送れるようにお手伝いします。臨時休校中もお気軽に御利用ください。

利用について

- 相談時間 9:00~16:30
- 相談場所 1階カウンセリング室（保健室の隣）
- ※ 臨時休校中は、学校に電話して予約をお取りください。



～スクールカウンセラーが来る日～

5月							6月							7月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31	
31																				

保護者のみなさま

スクールカウンセラーは、保護者の方からの御相談もお受けいたします。お子さまに関することで心配なこと、お困りのことなどございましたら、スクールカウンセラーを御利用ください。

お問い合わせ 0225-24-0404