

相談室のスケジュール

2月

心理学の話や心が軽くなるセルフワークのやり方も伝えています。
全学年のみなさん！気軽に来てね！

後、2か月で今年度も終わりですね。心の疲れがたまっていますか？
「気持ちが揺れやすくなる」「やる気が出ない」「モヤモヤする」これらは、
心が疲れているサインかもしれません。

カゼもひき始めが肝心なように、心も小さな変化に気づき、気持ちを話したり、
早めにケアすることで重症化を防げます。

どうケアしていいかわからない、身近な人にはどうしても話せない時などは
ぜひ相談室のドアをノックしてくださいね。

3年生もまだまだOK！進路が決まっていなくても話しに来てください。
キャリアカウンセラーの経験を活かしたサポートもしています。

5日(水) 6日(木) 7日(金)
12日(水) 14日(金)
17日(月) 19日(水) 20日(木)
25日(火) 26日(水) 28日(金)
29日(土)

- 時間は、10時～17時です。
- 場所は、1号館4F西端(階段の横)です。
- 話したことの秘密は守られます。
- 電話相談も可能です。

(学校06-6623-0016にかけて、内線65番の相談室につないでもらってください。)

※保護者のみ、あるいは、保護者と生徒一緒の利用もしていただくと幸いです。
予約できます。