

# こころの風

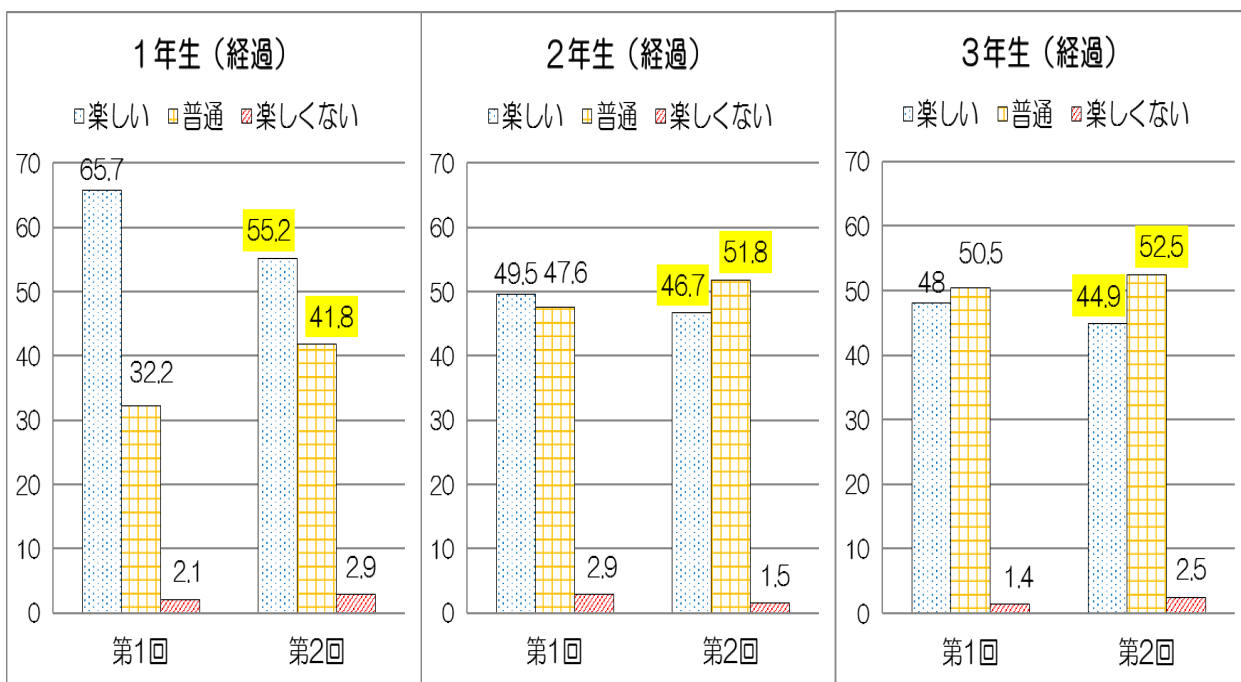
10月号

R1.10.31発行



いつのまにか朝夕は寒さを感じ、木々も色づく季節となりました。2学期も半分が過ぎましたが、学校生活は順調ですか。これからは、「新人戦」、「県高総文祭」、「修学旅行」などの大きな行事があり、学習や部活動にじっくり取り組める、いい時期でもあります。充実した秋を過ごすためにも、心と体を上手にリフレッシュさせましょう。9月中旬に「悩み調査アンケート（2回目）」を実施しました。集計結果の一部を紹介します。

## 《悩み調査アンケート：学校は楽しいですか？》



「学校は楽しいですか？」という質問に対して、「楽しい」と答えた人が全学年で少し減っていました。両道顕揚や人間関係の難しさに悩んでいる人もいるのかも知れませんね。また、3年生は大学受験を控え、プレッシャーのため「学校が楽しい」とは言っていない状況なのかもしれませんね。



高校生活においては様々な問題に直面する時があり、どうやって対応・解決したらいいのか戸惑うこともあるでしょう。そんな時は、一人で悩まず、話を聞いてもらうことが大切です。また、相談を受けた人は、無責任な対応をせず、真面目に聞いてあげることが必要です。同年輩で解決できない時は、必ず保護者や先生に相談してください。あるいは、保健室前の「こころのポスト」を利用してください。専門的な知識が必要な場合は、スクールカウンセラーを依頼することもできます。悩みは、人に聞いてもらうだけで少しは軽くなるものです。

心と体を大切に、充実した高校生活を送りましょう。

✿保健・相談部職員紹介 1年：宮本、村上、藤迫 2年：福島 3年：荒木、橋本

### 学校外の電話で相談ができる機関

24時間子供 SOS ダイヤル 0120-0-78310 (固定電話・携帯電話通話無料)

- ◇ 相談内容：いじめや友達のこと、学校のこと、子供や家族のことなど
- ◇ 相談時間：24時間
- ◇ メール相談窓口 [soudan@news.ne.jp](mailto:soudan@news.ne.jp) (受付随時 返信時間平日 9:00~17:30)
- ◇ 無料通信アプリ「LINE (ライン)」 「スクールネット@伝えんば長崎」