

こころの風

令和スタート号

R1.5.16 発行

✿保健・相談部

令和がスタートしました。長い連休を過ごし、学校生活のリズムが整わなかったり、からだの不調を感じたりなど、何か困ったことはありませんか？成績、学習、友人、家庭、身体、進路、部活動など、困ったことがあったら一人で悩まずに誰かに相談してみましょう。聞いてもらうだけで気持ち楽になることもあります。お互いに支え合っていきましょう。

私たち保健・相談部は、皆さんが充実した高校生活が送れるようお手伝いをします。ささいな事でも構いませんので、話を聞かせてくださいね。

✿相談したいときは次のような方法があります。

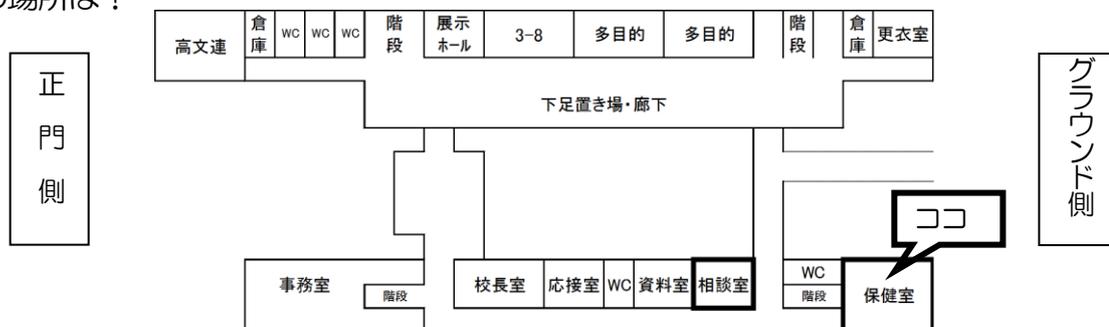
- ① 相談したい先生に直接相談する。
- ② **保健室を訪れる。いつでも誰でも気軽に相談できる場所です。**
- ③ 保健室前にある相談箱「心のポスト」を利用する。



- ・手持ちのメモ用紙などに相談事を書いて、保健室前のポストに投函してください。
- ・名前は書いても書かなくても構いません。
- ・「直接、話を聞いて欲しい」「読んでもらうだけでいい」などどんなことでもOKですよ。
- ・詳しくは『北高羅針盤』を見てくださいね！！

- ④ 各学期に実施する「**悩み調査**」を利用する。
- ⑤ **スクールカウンセラー**に話を聞いてもらう。事前に担任や保健室に申し出てくださいね。

✿保健室の場所は？



✿保健・相談部職員紹介

- 1年：村上 1-5担任・英語科・茶道部 宮本 1-3副担任・国語科・弓道部
 藤迫 1-2 副担任・地歴公民科・バスケットボール部
- 2年：福島 2-3 副担任・保健体育科・サッカー部
- 3年：荒木 3-3担任・地歴公民科・射撃部 橋本 養護教諭・パソコン部

学校外の相談ができる機関

24時間子供SOSダイヤル（親子ホットライン）0120-0-78310 なやみいおう（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
- ◇ メール相談 soudan@news.ed.jp

