



相談室だより

掲 示

発行 令和元年5月
小松高校教育相談室

モヤモヤ、イライラ、不安・・・ そんな時は「相談室」で話してみよう



新しい学年が始まりました。それぞれに新しい環境での生活が始まり、楽しく充実した高校生活が待っていることと思います。

今年度より小松高校にスクールカウンセリングの先生がいらっしゃいます。皆さんはカウンセリング、教育相談…。これらの単語を聞くと、「関わるのは特別な人」「何か大きな悩みを持っている人が受けるもの」というイメージをもっていませんか？少し敷居の高いイメージがありますが実際はそうではありません。時にはちょっと疲れたり、友達と気まづくなったり、勉強や部活動に行き詰まったりして、悩むことがあるかもしれません。そんな時、一番手っ取り早く元気を取り戻す方法は「話す」ことです。心の中にある思いを吐き出すと、心の容量に空きができます。すると、イライラしにくくなります。スクールカウンセラーの先生はそのお手伝いをしてくれる人です。

スクールカウンセラーの紹介

名 前： 中谷 智一(なかたに ともかず) 先生

勤務日： 毎週木曜日 午後1時半～午後4時半

相談室はいろんな形でみなさんの力になればと考えています。相談内容については秘密厳守です。安心して来てくださいね。



今年度の相談室の担当者の紹介をします。

