教育相談室通信

令和３年９月１日発行
宮城県泉松陵高等学校
保健厚生部　相談係

本校ではスクールカウンセラーが毎月来校し、様々な悩みや相談事に対応する体制をとっており、生徒の皆さんや保護者の皆様の相談に応じます。また、相談内容によっては他の専門機関へのご紹介も行っております。

新型コロナウィルス感染症で、なかなか今までの日常を送れず不安な毎日が続いていると思います。心身ともに豊かで安定した高校生活を送るために、カウンセリングをぜひご活用ください。

【何となく最近、不安定ではありませんか？疲れていませんか？】

・自分の状態を冷静に見つめ、思い当たることがない場合
　⇒「これは，コロナのせい」と自覚してください。



＊毎日、予定を立てられなくて･･･
＊本当だったら、学校で充実した毎日のはずなのに･･･
＊咳をしている人をちょっと避けている自分がいる･･･
＊感染したらどうしよう、外に出るのが怖い･･･



一人で抱え込まず、相談してみましょう！

それは誰もが感じることで、そう思う自分がおかしいと考えないことが大事です。
焦りや不安が大きくなる前に立ち止まり、不安である自分を意識しましょう。
そして、今できる目の前のことを始めましょう。

＊スクールカウンセラー来校日予定（相談時間　10：40～16：00）



月	来　校　日
９月	６（月）・２９（水）
１０月	６（水）・１５（金）・２５（月）
１１月	８（月）・１７（水）・２９（月）
１２月	１０（金）・２０（月）
１月	１２（水）・２６（水）
２月	４（金）・１４（月）
３月	１８（金）

・来校日は都合により変更になることがありますのでご了承ください。
・利用の際は担任・保健室（養護教諭　赤井畑、藤岡）・相談担当（ジスク）に予約してください。

＊電話でも相談が可能です。相談を希望する方は，時間を調整しますので、電話（022-373-4125）で予約してください。