令和２年４月８日
保健相談部

スクールカウンセリングについて

不安やストレスは誰もが感じるものです。適度なストレスは人間にとって必要なものであるという考えもあります。しかし、時には、不安やストレスで心や身体のバランスを崩してしまう場合もあります。

今年度も専門の先生に来校していただき、カウンセリングの時間を設けます。精神的なバランスがちょっと崩れているかなと感じたときには気軽に利用してください。

カウンセラー：　萩　原　　拓　先生　（北海道教育大学旭川校　教授）

来　校　日：　水曜日（変更になる場合もあります）　３０回（予定）
４月は１５日（水）に実施します。

場　　所：　教育相談室（１階の保健室前にあります）

時　　間：　①13:15～14:00　②14:15～15:00　③15:15～16:00　④16:15～17:00
のいずれか

そ　の　他　：　ア　希望者は**保健室で予約**をしてください。もし空きがあれば当日受けることも可能です。
イ　カウンセリングを受けている時間が授業と重なる場合、**生徒はその時間は欠課扱い**となります〔上記の時間帯の①②〕
ウ　相談の内容は一切問いません。**どんなことでも**相談してください。
エ　相談の内容については、全て**秘密を厳守**します。
オ　**保護者も**スクールカウンセリングを**受けることができます**。保健室に**直接電話**して予約をしてください(0166-23-2855 旭川東高校)。

