

教育相談（スクールカウンセリング）のご案内

教育相談室（カウンセリングルーム）は、みなさんが悩みや問題を抱えたとき、それをじっくりと考える場です。スクールカウンセラーは、みなさんの話をよく聴き、解決法をいっしょに考えます。高校生時代は、多くのことを考える時期。人間関係や将来のこと、自分の性格のことなど……さまざまなことが気になるのは成長の証拠です。相談室でじっくりと考えることで、今まで気づかなかった点を発見・理解できるかもしれません。保護者の方も利用できます。



こんなことが相談できます

生徒のみなさん

学校生活について

「登校するのがつらい」
「勉強についていけない」
「部活で悩んでいる」 など

人間関係について

「友達・先輩・異性との関係に悩んでいる」
「先生や家族との関わりが辛い」 など

自分自身について

「自分の性格について考えたい」
「困っていることがある」 など

保護者のみなさん

学校生活について

「長期間欠席している」
「学校を休みがち」
「いじめられている・いじめている」 など

子育て・家族関係

「子供とコミュニケーションがとれない」
「子育てがうまくいかない」 など

心理・行動面の心配

「落ち着きがない」「気持ちが不安定」
「集団行動が苦手」「元気がない」
「事件や事故に巻き込まれた」
「大切な人やものを失った」 など

スクールカウンセラー

どうどう かな 可菜（臨床心理士）

仙台工業高校の生徒のみなさん、こんにちは。昨年度に引き続き、今年度も仙台工業高校に勤務することになりました。スクールカウンセラーの 百々 可菜（どうどう かな）です。どうぞよろしくお願いいたします。新しい学校や新しいクラスなど環境が変わると、慣れるまでにはたくさんのエネルギーが必要になります。特に今年度は新型コロナウイルスのために学校の始まる日の変更となったり、思うように活動できなくなったりして、去年までと違うスタートでたくさんのストレスが知らず知らずのうちにたまっていることと思います。エネルギーが足りなくなって苦しい気持ちになったり、体に不調が出たりすることもあるかもしれません。

相談室では、みなさんの気持ちが少しでも楽になるように、お手伝いをしたいと思っています。ぜひ気軽に利用してみてください。

カウンセリングの予約方法、相談予定日は裏面をご覧ください。



【お知らせ】

新型コロナウイルス感染防止のため、5月6日まで臨時休校となっています。
休校期間中に相談を希望される方は、相談室直通電話 022-237-5355 へご連絡
ください。→ 4月21日(火)、22日(水)、28日(火)の9:10~16:45。

生徒のみなさんは ……

(1)~(4)のどれかの方法で相談の前に予約してください。

- (1) 担任の先生か養護教諭（保健室の先生）にお願いして予約してもらう
- (2) メールで予約する メールアドレス soudan-st@sendai-c.ed.jp
予約専用です。相談内容はメールに書かないでください。
- (3) 相談室直通電話 [022-237-5355](tel:022-237-5355)（相談日の9:30~16:30）で予約する
- (4) カウンセリングポストで予約する
事務室前のカウンターに予約ポストを設置してあります。
カウンセリング予約用紙（ポストの上にあります）に記入して、ポストに入れてください。
予約結果は「呼び出し名」で相談室前に掲示しますので、確認してください。
「呼び出し名」は、用紙に記入した本人とスクールカウンセラーしかわからない暗号名です。

カウンセリングの予約日は火曜日（9:30~16:30）です。

相談室は、教室棟1階職員玄関正面の左側です。

予約していなくても、「入室OK」の札がドアにかかっている場合は、利用できます。

保護者のみなさんは ……

(1)~(3)のどれかの方法で相談の前に予約してください。

- (1) 担任の先生か養護教諭を通して予約
- (2) メール soudan-st@sendai-c.ed.jp で予約
予約専用です。相談内容はメールに書かないでください
- (3) 相談室直通電話 [022-237-5355](tel:022-237-5355)（相談日の9:30~16:30）で予約



夏休みまでの相談予定日（時間は9:30~16:30）

4月は …… 21日(火) 22日(水) 28日(火)
5月は …… 12日(火) 19日(火) 26日(火)
6月は …… 2日(火) 23日(火) 30日(火)
7月は …… 14日(火) 21日(火)



※ 夏休み中の相談日はありません

※ 夏休み明けの相談日については、教育相談だより No.2 でお知らせします