

スクールカウンセラー橘浩太先生による

電話相談

令和2年4月28日(火)

9:00~12:00

13:00~15:00

上河内中学校電話番号 028(674)2108

まずは上河内中学校へ電話し「電話相談をしたい」と対応した先生に伝えてください。折り返しスクールカウンセラーの橘先生が、相談室直通電話からお電話します。

学校が休校になって3か月近くたちます。みなさん、心は元気ですか？

勉強や部活動、進路、友達、将来についてなど、不安に思っている人もいることでしょう。先が見えないときに、不安になるのは自然なことです。

学校は休みでも、学校があるときのように規則正しい生活をして、バランスのよい食事と十分な睡眠、運動をすれば、心の健康は保てるかもしれません。でも、つらいとき、誰かに話を聞いてほしいときには、是非スクールカウンセラーに相談してください。

令和2年4月21日

保護者様

宇都宮市立上河内中学校長 高橋 高

スクールカウンセラーによる教育相談のご案内

陽春の候、保護者の皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、本年度も本校に、スクールカウンセラーが下記のとおり来校し、相談活動を実施します。お子様だけでなく保護者の方にもご活用していただきたく、ご案内いたします。

記

- 1 スクールカウンセラー氏名 橋 浩太（臨床心理士，公認心理士）
- 2 来校予定日
 5月19日（火）午後，6月23日（火），7月7日（火）午前，9月1日（火）
 9月29日（火）午後，10月13日（火），11月10日（火），12月1日（火）午後
 12月22日（火），1月12日（火）午後，1月26日（火），3月2日（火），3月16日（火）
 ※ 予定は変更になる場合があります。
- 3 場 所
 本校1階相談室
- 4 対 象
 生徒及びその保護者
- 5 相談の内容
 不登校，いじめ，集団生活になじめない，情緒不安定，子育てなど，お子様に関する心配事や悩み等です。
- 6 申し込み方法
 相談は，すべて予約制で行いますので，事前に担任または係（岡田）あてご連絡ください。
- 7 その他
 1回の相談は，50分を目安とします。