

教育相談だより

第2号 2025年10月

オイスカ浜松国際高校教育相談センター

オイスカ浜松国際高校のみなさんへ

思春期は、心が急激に成長する時代です。そして、一時的に精神面で不安定になることがあります。その不安定な感じを「気にしない」ようにするのではなく、あえてそこに目を向けて、自分が何に違和感を覚えているのかなどを整理していくと、より、心は発達していくと言われています。そのサポートを保健室や相談室でさせてください。

同じように考えたり悩んだりしている人は、あなた以外にもいます。
ひとりで悩む前に相談してみませんか…？

スクールカウンセラーとは

スクールカウンセラーは、教育機関で心理相談業務に従事する心理職です。不登校をはじめとする児童生徒の悩みや不安を受け止め相談に当たる「心の専門家」です。



高校生の悩みの多くは … 「人間関係」「進路」「勉強」

思春期の皆さんにとってどれも大切なことです。しかし、深刻に思い悩んでしまうこともあります。その反面、自分の気持ちや環境が変化することで解決の糸口が見えてくることもあります。卑下したり、自暴自棄になったりせず周りのサポートを受けながら解決に向かうとよいですね。

スクールカウンセラー来校日

10月1日(水) 3日(金) 6日(月)
10日(金) 14日(火) 15日(水)
17日(金) 20日(月) 21日(火)
24日(金) 27日(月) 29日(水)
31日(金)

- * 13:00～18:00です。
- * 一枠60分程度です。
- * 生徒・保護者どちらでも利用可能です。
- * 面談の予約は担任または保健室まで。
- * 生徒の面談時間は原則として
休み時間 or 放課後です。



先生お勧めの本

3年嶋先生

「ゲド戦記」
「ころ」
「百億の昼と千億の夜」

SC 野島先生

「はてしない物語」

養護教諭市川

「宙わたる教室」
「一瞬の風になれ」



秋の夜長、スマホではなく読書をして
みませんか？