



# 教育相談だより

第2号

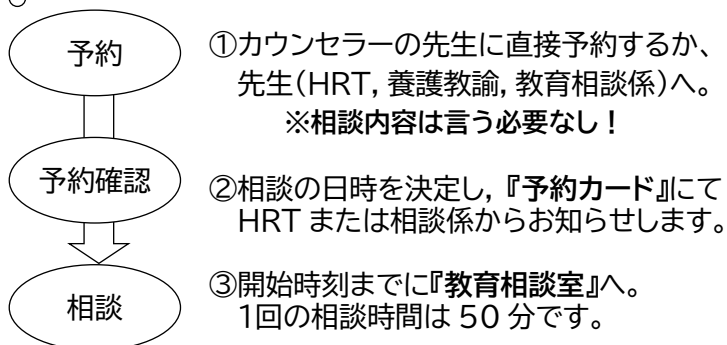
令和6年8月28日(水)  
福島県立安達高等学校  
生徒指導部教育相談係

2学期がスタートしました！まだまだ暑い日が続きそうですから、体調管理をしっかりしましょう。  
いよいよ3年生は進路実現に向けて追い込みの時期、1・2年生は自分の学習方法や進路を見直したり、新チームでの部活動で力を試したりする時期ですね。2学期は、小文化祭など校内行事もたくさんあります。今、何をやるべきか、自分たちで決めなければならないことも増えてきます。迷ったり、悩んだりしたときはひとりで解決しようとせず、誰かに話してみるのもいいですよ。

## 今年度のスタッフ

- ◎ スクールカウンセラー 佐藤 由美子 先生
- ◎ 生徒指導部教育相談係 菊地 真弓(化学準備室)

## 相談までの流れ



## 2学期の相談予定日

9月 2、9、17、30日  
10月 7、15、21、28日  
11月 11、18、25日  
12月 9、16日  
\*9/17・10/15は火曜日ですが  
その他は全て月曜日です。  
面接時間は5、6校時と放課後です。

## どんなことが相談できるの？



「なんだか眠れない、夜中に目が覚める」、「食欲がない」、「色々考えると頭が痛い」など困っていることがある時は、一人で抱え込まず、自分の気持ちをはきだしてみませんか◎  
相談内容は、自分のこと、人間関係、進路、部活動などなど心のモヤモヤ何でもOKです！

- \* 「思うようにいかないなあ」「相談したいなあ」…と思ったら、気軽に予約してください。一緒に考えていきましょう。
- \* **保護者の方の相談も大歓迎！**お電話などで、係の菊地に直接、日程などご相談ください。相談内容はお伝えいただかなくても大丈夫です。(学校:0243-22-0016)

## その他、相談できる場所は？

- 福島県の『こころの健康相談窓口』で検索すると、校外の相談窓口がわかります。
- \* こころの健康相談ダイヤル 0570-064-556 (ナビダイヤル)
- \* ふくしま 24時間子ども SOS(福島県教育委員会) 0120-916-024(24時間受付)
- \* ダイヤル SOS(福島県教育センター) 0120-453-141(月～金:10時～17時)
- \* 24時間子供 SOSダイヤル(文部科学省) 0120-0-78310(24時間受付)

