

学生相談室だより

令和4年4月号
弓削商船高等専門学校
スクールカウンセラー
石丸雅貴

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。
在学生のみなさん、今年度もよろしくお祈いします。
今年度も、学生相談室からのお便りとして、
この「学生相談室だより」を発行していきます。
ぜひお読みください。

今回は、学生相談室について紹介しますね。



<学生相談室とは>

学生相談室では、みなさんが困ったとき、悩んだとき、ストレスを感じたとき、元気が出ないときなどに、相談室でお話を聞かせてもらって、解決のお手伝いをします。

1年生はもちろん、在学生も新しいことばかりで、楽しみと同時に不安や心配もあるのではないのでしょうか。そんなときには誰かに話を聞いてもらうことでスッキリしたり、前向きな気持ちになったりするものです。学生相談室ではどんなお悩みでもきちんとお聞きしますので、気楽に相談に来てみてください。

- ① どんなお話でも聞きます。
- ② まずはお話をじっくり聞いてから、そのあとで、どうしたらよいか一緒に考えます。
- ③ 秘密は守ります。ほかの人にばらすことはありません。
*先生や保護者に伝えたほうが解決に近づく場合は、相談してくれた人に許可をもらってから伝えます。
- ④ リラックス法や気持ちが楽になる考え方をアドバイスすることもあります。
- ⑤ はっきりと悩みについてお話しできなくても、一緒に趣味の話をすることもあります。

<各曜日によって担当が決まっています>

月曜日：春田先生（勉強の仕方や学習面での相談）
林先生（カウンセラー）
火曜日：石丸（カウンセラー）
水曜日：坂本先生（ハラスメント関係の相談）
木曜日：林先生（カウンセラー）
金曜日：石丸（カウンセラー）



<相談室は予約制です>
利用したいときは、
保健室で「学生相談室の
予約をお願いします」と
伝えてくださいね。