

こころ便り (NO.2)

令和2年7月発行

こんにちは！スクールカウンセラーの菅原です。新しい生活様式の下、学校が再開されて2か月。戸惑いや困惑もありましたが、皆さんの協力のおかげで感染症予防が定着してきました。今私たちができることや、見えてきた困難についての対処法をこれからも一緒に考えていきましょう。

■ カウンセリングルームからのお願い

今年度は感染症予防のため、カウンセリングルームの利用方法が少し変わっています。

- 電話相談をお勧めしています。
- 来談面談は換気しながら30分まで

(前後の手指消毒、マスクの着用をお願いします。)

お互いに体調管理を心がけますが、発熱や体調不良時は面接を延期する場合があります。心配な時や気になる点は遠慮せずご相談ください。



<8~11月のスクールカウンセラー来校予定日>

8月27日(木)	9月17日(木)	10月 8日(木)	11月 5日(木)
9月 3日(木)	9月24日(木)	10月22日(木)	11月12日(木)
9月10日(木)	10月 1日(木)	10月29日(木)	11月19日(木)

■ カウンセリングルームってどんなところ？ Part2

◎どんな相談ができるの？

学校のこと、友達のこと、勉強のこと、家のこと、アルバイトや進路のこと、どんなことでも大丈夫です。誰かに話したい、悩みがあって困っていることがあったら、気軽に利用してみてください。

◎いつ相談できるの？

カウンセラーは来校日の**14:00～21:00**まで学校にいます。原則としては、授業前と放課後に利用が可能です。それ以外の時間帯に相談が必要な時は、先生と相談して決められる場合もあります。

◎予約の仕方はどうするの？

- ① 【メッセージカード】にペンネームと希望時間を書いてカウンセリングルームのポストへ入れる。
(カードはカウンセリングルームの外にあります)
- ② 先生を通して予約する。(話しやすい先生に「カウンセラーに相談をしたい」とお伝えください)
- ③ トビラの前に【どうぞお入りください】の掲示があったら、直接カウンセラー室へどうぞ
- ④ 来校日にカウンセリングルーム直通電話**022-231-3033**に電話してみる
の4つの方法があります。基本的に予約の方が優先です。

(面談内容の秘密は守られます)

【ご存知ですか？】

仙台市いじめ等相談支援室 S-KET <https://www.city.sendai.jp/kodomo-taisaku/s-ket.html>

はあとぽーと仙台（仙台市精神保健福祉センター）

<http://www.city.sendai.jp/seshin-kanri/kurashi/kenkotofukushi/kenkoiryu/sodan/seshinhoken/heartport/>

厚生労働省 新型コロナウイルス感染症について

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

仙台工業高等学校定時制カウンセリングルームは保護者の方もご利用いただけます。「学校に行き渋る時や、よく体調不良を訴えるので心配。」「これは反抗期？…」など子育ての悩み、学校生活の心配など、相談内容はどのようなことでも構いません。少しでも気になることがあれば、お気軽にご相談ください。カウンセリングルーム直通電話を使つての電話相談も受け付けております。どうぞご利用ください。

- カウンセリングルーム直通番号 ☎022-231-3033（カウンセラー在室時間帯にお願いします）
- 仙台工業高等学校定時制課程職員室 ☎022-237-5342