

# カウンセリングだより

令和7年4月8日（火）  
宮城県利府高等学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度の学校生活、これからまだまだ緊張する場面があると思います。1年次生には全てが新しいことばかりで戸惑うこともあるでしょう。2，3年次はこれから新たな学年がはじまります。

毎日の生活に慣れてくると、習慣化され、何となく過ぎてしまうことがたくさん出てきます。不安になったり、孤独を感じたりすることがあるかもしれません。そんな時は、自分ひとりで悩まずに話してみませんか？話をすることでスッキリすることもあります。遠慮せずにカウセリングを受けてみましょう。友達関係や家族関係、何か話したいこと、相談したいことがありどんな小さなことでも相談できます。もちろんプライバシーは守られます。保護者の方も申し込み可能です。

今年度、本校には計36回、専門のカウンセラーが来る予定となっています。

健康教育部では、「カウンセリング受けてみたい。」と考えている生徒の皆さんと保護者の方々の窓口になります。ぜひ、遠慮なく声をかけてみてください！

## <カウンセリング担当者>

スクールカウンセラーの熊谷宏子（くまがい ひろこ）です。  
カウンセリングルームは「何でもお話相談ルーム」です。どんなことでもお話や相談したりできます。気軽に声をかけてください。

くまがいひろこ

・熊谷宏子先生（スクールカウンセラー）

・健康教育部

・養護教諭



## ～カウンセリング年間計画表～

HP 掲載用

回	月 日
第1回	4月 8日（火）
第2回	4月15日（火）
第3回	4月21日（月）
第4回	5月13日（火）
第5回	5月20日（火）
第6回	5月27日（火）
第7回	6月 3日（火）
第8回	6月17日（火）
第9回	6月24日（火）
第10回	7月 1日（火）
第11回	7月 8日（火）
第12回	7月15日（火）
第13回	7月22日（火）
第14回	8月26日（火）
第15回	9月 2日（火）
第16回	9月 9日（火）
第17回	9月16日（火）
第18回	9月22日（月）
第19回	9月30日（火）
第20回	10月 7日（火）
第21回	10月14日（火）
第22回	10月20日（月）
第23回	10月28日（火）
第24回	11月 4日（火）
第25回	11月10日（月）
第26回	11月11日（火）
第27回	11月18日（火）
第28回	11月25日（火）
第29回	12月 9日（火）
第30回	12月16日（火）
第31回	12月22日（月）
第32回	1月13日（火）
第33回	1月20日（火）
第34回	1月27日（火）
第35回	2月 3日（火）
第36回	2月17日（火）

カウンセリング時間		
時限	時間	利用者
1	8:45～9:35	
2	9:45～10:35	
3	10:45～11:35	予約 A
4	11:45～12:35	予約 B
昼休み	12:40～13:20	予約 C
5	13:20～14:10	予約 D
6	14:20～15:10	予約 E
掃除・SHR	15:20～16:00	予約 F
放課後	16:00～16:30	打ち合わせ

専門的なカウンセラーさんがお話を聞いてくれるので、一人で悩むより、解決の糸口になるかもしれません。もちろん、秘密はしっかり守ります。

授業が心配という人も、授業中にカウンセリングを受ける場合は公認欠席となります。

※生徒だけではなく、保護者の皆さんも相談することが可能ですので、お気軽にお問い合わせください。

（担任、保健室に電話していただいてもかまいません）

宮城県利府高等学校 TEL 022-356-3111

## カウンセリングの予約方法

- 1 カウセリング担当の先生、担任の先生、部活の顧問の先生に話をして予約する方法。または、保健室に直接申し込む方法があります。
- 2 カウセリングを申し込んだ先生、または保健室から日程や時間のお知らせがきます。
- 3 当日忘れずにカウンセリングルームに向かいましょう。

（鴻翔館・・・売店のある建物です）

※場所がわからないときは、カウンセリングの始まる前に保健室に来てください。