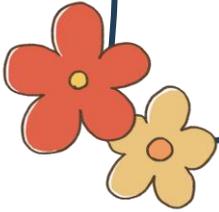


教育相談便り 5月号



ゴールデンウィークも終わり、中間テストも近づいてきましたね。
インターハイにテスト勉強、忙しくなる時期ですが体調を崩さないように生活習慣を整えていきましょう。就寝前のスマホは睡眠の質を下げるそうなので夜のスマホを控えるとぐっすり眠れるかもしれませんね。ぜひ試してみてください。

今日は支援員さんの紹介です。

昨年度から公認心理師、社会福祉士など専門の資格をもった支援員さんがお二人来校しています。今年も昨年度から引き続き、比嘉ゆかさん、吉田順子さんが5月から来校しています。スクールカウンセラー、支援員の3人がみなさんのサポートをしてくれます。人間関係、自分自身について、進路の悩みなど小さな事でも構わないので相談したいな、という時は気軽に声をかけてください。

面談希望者は担任の先生または保健室の先生（山城優子先生）に申し出るか、相談係新島知佳先生に直接チャットしても構いません。

5月の予定

月	火	水	木	金
		1	2	3
6	7 ☆○	8 ◎	9	10
13	14 ☆	15	16	17
20 ○	21 ☆	22 ◎	23	24
27	28 ☆○	29 ◎	30	31

6月の予定

月	火	水	木	金
3	4 ☆○	5 ◎	6	7
10	11 ☆○	12	13	14
17 ○	18 ☆	19 ◎	20	21
24	25 ☆	26 ◎	27	28

- ☆スクールカウンセラー：小野文子さん 午前中（1～3校時）
- 支援員：比嘉ゆかさん 午前中（2～4校時）
- ◎支援員：吉田順子さん 午前中（1～3校時）



※予定は変更になることもあります。空き時間など teams で連絡するので確認ください。