

教育相談だより

伊勢崎興陽高等学校
教育相談係
第2号
令和2年6月1日

今日からやっと学校が再開しました。みなさんに会えてとても嬉しいです。

休校期間中、どんなふうに過ごしていましたか？ 前号で、「こころのアンケート」からみなさんの心の声をまとめましたが、不安や悩みでストレスをため込んでいる人がたくさんいました。昨日の夜は眠れましたか？ 今日の調子はどうですか？ 気を遣いながらの生活が続きますが、今できることを最大限に楽しんで、充実した学校生活を送っていきましょう。

今週から**二者面談**も始まります。まずは、担任の先生に何でも相談してみましょ。そして、もしストレスによる心や体の変化を感じたら、遠慮しないで周囲に助けを求めてくださいね。

免疫力UPのポイント！ ～コロナとうまく付き合おう～

身体をあたためる 

ぐっすり眠る 

身体を動かす 



よく笑う

みんなでチェック！！

リラックス時間をつくる 

しっかり食べる 

悩みや不安があったら、遠慮なく相談してね！ 秘密は守ります。

スクールカウンセラー来校日

6月9日(火) 6月23日(火) 7月28日(火)




<面談申し込み方法>

担任の先生、系列の先生、部活動の先生、教育相談係の先生などに希望日を伝えて下さい。
または、学校ホームページの教育相談フォームに記入して、送信して下さい。

 **ぐんま高校生オンライン (LINE) 相談**

こちらも利用してね！

 **24時間子供SOSダイヤル (フリーダイヤル) 0120-0-78310**