

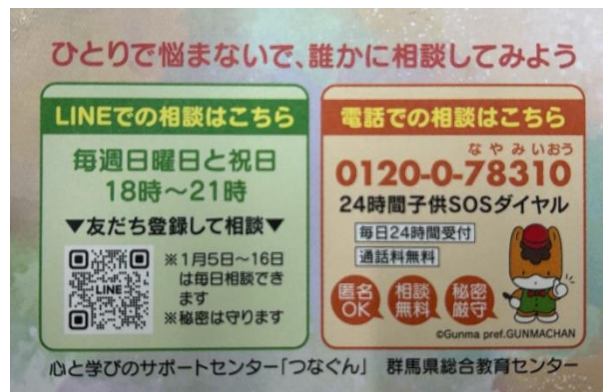


# 教育相談便り

館林商工高等学校  
教育相談係  
令和6年度5号  
R6.11.12

やっと涼しくなったと思ったら、期末試験前になっていましたね。慌ただしい2学期を、皆さんはどんな気持ちで過ごしていますか？ 1年生は初めてのことだらけの高校生活に疲れていませんか？ 2年生は修学旅行もありますが、部活や委員会の中心になり、自発的に活動できていますか？ 3年生は進路活動中ですね。クラス一丸となって、全員進路目標達成に向け力を合わせ、残り少ない高校生活を充実させてください。

でも、悩み事は一人で抱え込まないことが大切です！ 話しかけやすい先生に遠慮なく声をかけてください。また、顔見知りの人には相談しにくい…というのであれば、先日配られたオンライン相談も活用してくださいね。



## 相談係のおすすめ本

『1秒で不安が吹き飛ぶ言葉』 精神科医 Tomy:著

Xで話題になった本です。なかなかポジティブに考えられなくて、日々くよくよしてしまう人におすすめ！ 1ページに一つ、あなたにぴったりのアドバイスが見つかるかもしれません♪

## 今後のスクールカウンセラー来校日

11/20、12/18、1/8、2/5、3/5

\*月に一回の来校になります。悩み事は一人で抱えず、早めに相談してください。