

# 相談室だより

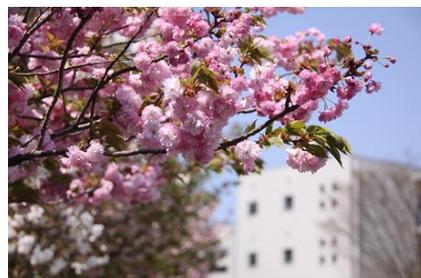
No.1 平成29年4月12日(水)

石川県立金沢桜丘高等学校相談課

新しい学校、新しいクラス、新しい仲間との生活が始まりました。

校内の桜も、児安坂の染井吉野（ソメイヨシノ）は少し散り始めていますが、これから、紅豊（ベニユタカ）、太白（タイハク）、駿河台匂（スルガダイニオイ）などが咲き続けます。

黄色の桜の御衣黄（ギョイコウ）も、鳴和坂の途中に植えられているので、探してみてください。



## 1. まず挨拶を

新しい環境に入るこの時期、誰もが期待と不安を抱いています（大人ももちろんです）。まず、クラスの仲間に「おはよう」の挨拶をしましょう。声を掛けられた人は、「おはよう」と応えてください。こんな挨拶が、心の通い合いのスタートになります。そして、帰る時には、「さようなら」も言いましょう。

## 2. メモを取りましょう

毎日まいにち、課題・提出書類の締切、予習の範囲、部活の予定などの情報がたくさん入ってきていませんか。高校生にもなると、記憶だけで処理できる量ではないと思います。メモに書いて、そのたくさんの情報を「見える化」すると、必ず能率が上がり計画的に進めることができるようになるでしょう。

自分で手帳を用意している人もいると思いますが、この相談室だよりの裏に、「切って作るミニメモ帳」（pocketmod.com より）を印刷しました。使ってみてください。また、折りたたみ方の分からない人は、相談室の前に完成品を掲示しておきますので見てください。

## 3. 相談室を利用して

「ちょっと心が重いな」と感じたとき、気軽に相談室に話しに来てください。話しているうちに、自分の本心に気付いたり、気持ちが晴れたり、解決策を思いつくことがあるものです。

相談室は1階保健室の左隣・エレベーターの近くにあります。休み時間や放課後など、いつでも皆さんの来室を待っています。もちろん秘密は厳守します。

### 今年度の相談室の担当 今年も男女混合チームです。

田辺(たなべ・理科)… ”Think globally. Act locally!” 地球規模で考え、足元から行動するという意味ですが、「できることをコツコツ」と意識しています。

半田(はんだ・英語)…みなさんはまだ高校生ですから、一人で解決できない悩みがあるのは当たり前のことです。いつでも相談に来てくださいね！

菅原(すがはら・英語)…皆さん一人一人が自分の目標に向かって努力し、充実した高校生活を送り、日々成長する姿を見守りたいと思います。