

保健だより



令和3年5月21日
NO. 3
高田高等学校安塚分校

田んぼに水が張られ田植えが進む中、新型コロナウイルス感染症の状況は厳しさを増し、新潟県も新規感染者数が最多を更新しています。また、高校生の感染も複数発表されています。

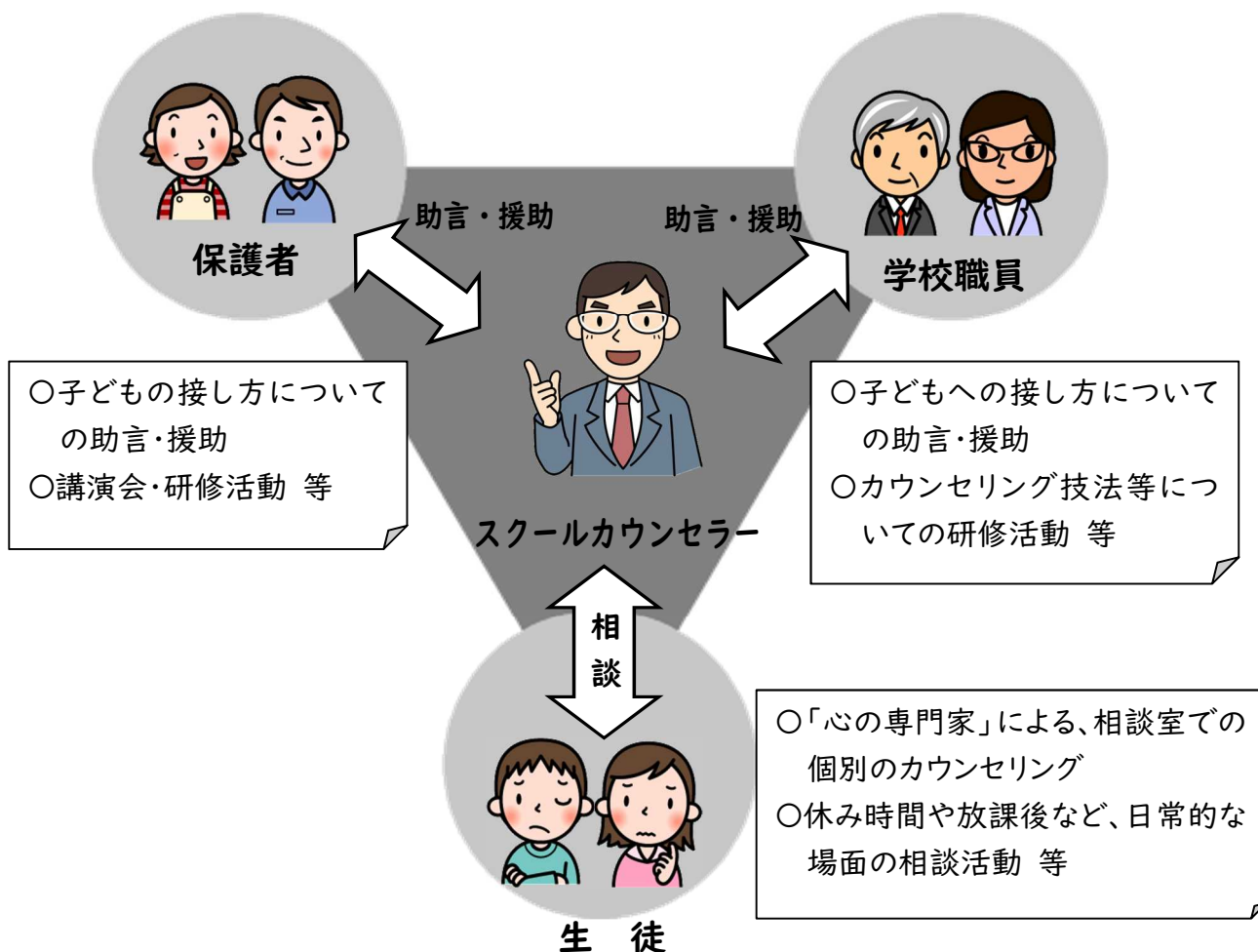
習慣にしたい生活様式 ⑩ 【ワクチン接種が進んでも続けるんだよ！】

- ★変異株は、密閉・密集・密接のいずれか1密でも、感染しやすい強力なウイルス
- ★どの年齢にも感染しやすく、基礎疾患がない若い人でも重症化する
- ★変異株も予防は同じ。3密を防ぐ+マスク着用+手洗いなど基本的な予防対策をする
- ★屋外の飲食でも感染している。ランチは別々に黙って食べ、食後はマスクの徹底
- ★仕事やバイトなどの休憩所では、会話は短くマスクの徹底

<スクールカウンセラー特集号>

スクールカウンセラーに相談してみませんか！

昨年度、生徒・保護者・学校職員がスクールカウンセラーと相談を行い、生活や学習、進路等多くの助言・援助をいただきました。



スクールカウンセラーは「心の専門家」です。
生徒も保護者の皆様も、お気軽にご相談ください。

○スクールカウンセラー なかい よしかず 中井 良和 先生の紹介

本年度もスクールカウンセラーとして勤務させて頂くこととなりました中井良和です。兼務校としては上越市内の中学校（城北、板倉、清里）、小学校（前述の中学校区内）にも勤務しています。本業は上越市でカウンセリングルームを運営しています。

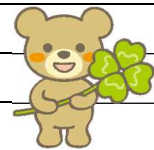
大人になれば悩む機会が増えるように、「こころの問題」は誰にでも起きる問題でもあります。むしろ悩みのない学生の方が考える機会がないことから大人になって苦勞するかもしれません。皆さんの中にはこの先、一人で処理することが難しい問題を抱えてしまう人がいるかもしれません。その時には是非、相談をしてみてください。大人になる前に誰かと一緒に解決方法を検討する体験をしておくのはよいことだと思います。

どうぞよろしくお願ひします。

*いつも笑顔で接して下さる中井先生、誰の話にも耳を傾け、道標のように進む方向を示して下さいます。先生と話すことでやるべきことが明確になり、安心につながると感じていますので、どうぞご相談ください。

○勤務日時 月2～3回 月曜日・金曜日 13:00～17:00

5月	6月	7月	8月
14日（金）	7日（月）	9日（金）	23日（月）
21日（金）	21日（月）	26日（月）	
31日（月）	28日（月）		



*中井先生は、相談室にいます。戸が閉まっているときは相談中です。戸が開いているときはノックをして声をかけてみてください。

印刷室	職員室	小会議室	相談室	放送室	進路指導室
-----	-----	------	-----	-----	-------

管理棟2階

○相談申し込み方法（生徒でも保護者の方でも申し込めます）

- ①直接申し込む。⇒ 中井先生に廊下などで会ったとき、または相談室に行って申し込む。
- ②学級担任または養護講師に、
 - 「中井先生と相談を希望します」と申し込む。
 - 保健室廊下にある「相談申し込み用紙」に記入し申し込む。

*相談時間は、調整して連絡します。