

SC 講話

9月22日(月) 1年生を対象としてスクールカウンセラーの先生に、ストレスについてお話いただきました。ストレスの原因は人によって様々だということがわかりました。自分自身にとってのストレス(ストレスの原因となる刺激)は何か、向き合うきっかけになったのではないかと思います。

スクールカウンセラーの先生には、定期的にカウンセリングにきていただいています。生徒の皆さんは気になることがあれば、予約をして話しに来てください。

