



大正東中学校スクールカウンセラーからのおたより

こころほのぼの通信(令和4年度 2学期号)



保護者・生徒のみなさまへ

こんにちは。毎日暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか。

今回は、**起立性調節障害**(きりつせいちょうせつしょうがい)についてお話ししたいと思います。起立性調節障害は、「朝起きられない」「立ちくらみやめまいがする」などの症状が出ます。朝起きられないため、不登校につながることも多いと言われています。自律神経の乱れやストレスがきっかけになるものなので、「朝起きられないのはなまけだ」と決めつけてしまうと、余計にストレスがかかりさらに症状が悪化してしまうこともあります。お子さんや自分に当てはまるかもしれないと思う方は一度ご相談にいらしてくださいね。

★2学期 スクールカウンセリングのお知らせ★(火曜日が来校日です)

8/30 9/6、9/13、9/27 10/4、10/11、10/18、10/25

11/1、11/8、11/15、11/29 12/6、12/13、12/20

(10:30～ 11:30～ 13:30～ 14:30～ 15:30～)

※申し込まれた方は、下記の申込書を担任の先生にお渡しください。電話での予約も可能です(担任の先生もしくは教頭先生あてにおかけください)。

※初回相談希望日をお書きください。ほかの方と予約が重複した場合など、日程調整が必要なときはご連絡をさせていただきます。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・切り取り線・・・・・・・・・・・・・・・・・・

スクールカウンセリング申込書

____年 ____組 氏名 _____ (保護者 ・ 生徒本人)

▼相談内容(書かなくても大丈夫です)

▼予約を希望される日時(日時を○で囲んでください)

8/30 9/6、9/13、9/27 10/4、10/11、10/18、10/25

11/1、11/8、11/15、11/29 12/6、12/13、12/20

(10:30～ 11:30～ 13:30～ 14:30～ 15:30～)