

# 《健康だより》メンタルヘルスについて

環境保健部 平安山 智子

メンタルヘルスについては「ゆんたく《健康だより》」の中で度々特集してきました。また、八洲学園大学国際高等学校では、「どんなことでもお気軽にクラス担任にご相談ください」と案内しているところですが、今年度より心理専門資格を有するスクールカウンセラーを配置し、全国の生徒さんの抱える悩みや不安について、専門的な見地から対応を図ることとしました。相談（カウンセリング）を利用したい方はクラス担任へご連絡ください。

## 相談面接について

- ・ ZOOMによるネット面接です（スマホからも利用可能）
- ・ 事前予約制としています クラス担任へご連絡ください

八洲学園大学国際高等学校 スクールカウンセラー

こすぎ まさひこ  
**小杉 雅彦 先生**

資格：公認心理師・社会福祉士・精神保健福祉士

スクールカウンセラーは、第三者的な立場で、生徒のさまざまな相談に乗り、アドバイスをしたり、問題解決のために働きかけたりします。



### 【主な相談内容 例】

- ・ 日常生活における悩みやストレス
- ・ とりとめのない不安や脅迫的な恐怖
- ・ 家庭内での居場所のなさや孤独感
- ・ 人間関係でのトラブルや疎外
- ・ ひきこもりや社会的な孤立
- ・ 家庭内暴力や心理的虐待
- ・ 震災や事故・犯罪被害による心障

