



日	曜	【令和8年5月】学校行事等
1	金	健康観察 列車通学生アンケート 尿検査②
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	みどりの日
5	火	こどもの日
6	水	振替休日
7	木	語の日 長高いじめに関するアンケート
8	金	全校朝礼 各種委員会(昼休み)
9	土	PTA 総会 中間考査発表 PTA 役員会①
10	日	
11	月	振替休業(PTA 総会)
12	火	
13	水	単身生活生集会(昼休み)
14	木	漢字テスト③
15	金	交通安全街頭指導 人権・同和教育にかかわる意識調査(生徒・保護者)
16	土	
17	日	家庭学習時間調査①【～20日】
18	月	中間考査【～21日】
19	火	
20	水	
21	木	尿検査③ 奉仕活動(愛媛クリーン運動・ワックスがけ・花いっぱい運動)
22	金	遠足
23	土	フェス in オンライン(地域みらい留学) スタディサポート①(1年～3年)
24	日	
25	月	語の日 歯科検診(13:30)
26	火	40分授業 防災避難訓練 長高だより発行
27	水	40分授業 生徒総会・家庭クラブ総会 進学補習開始(1年) 人権の窓発行
28	木	漢字テスト④ 歯科検診(13:30)
29	金	全校朝礼 奉仕活動予備日(5・6限)
30	土	
31	日	

「たすけて」と言える強さを君へ

スクールカウンセラー 上杉 美保

私は、昨年度からスクールカウンセラーとして、長浜高等学校に来ています。

学校生活には、楽しいこともあれば、気持ちが重くなることもありますよね。人間関係や勉強、進路、家のことなど、心に引っ掛かることは誰にでもあります。

「最近ちょっとしんどい」「誰かに聞いてほしい」「話すほどじゃないけど気になることがある」そんな気持ちになったときは、いつでも相談室に来てください。話したいことがはっきりしていなくても大丈夫です。言葉にしにくい気持ちを、そのまま持ってきてもらってかまいません。一緒にゆっくり考えていきましょう。

私の好きな絵本『ぼく モグラ キツネ 馬』には、こんな言葉があります。

「いままでにあなたが言ったなかで、いちばん勇敢な言葉は？」
「たすけて」

この言葉は、「助けを求めることは“弱さ”ではなく、“勇気”のある行動だ」ということを教えてくれます。ひとりで抱え込む必要はありません。

保護者の皆様も、お子様のことで気になることがございましたら、どうぞお気軽に御相談ください。秘密は守りながら丁寧に対応いたします。

今年度も、みなさんが安心して過ごせる時間を一緒につくっていけたらと思っています。