

令和5年4月25日
因島南中学校 保健室

スクールカウンセラーの紹介です!

今年度、因島南小学校と因島南中学校のスクールカウンセラーとして中司 博之(なかつか ひろゆき)先生に来ていただくことになりました。

勉強・進路のこと、人付き合い、体調のことなど、悩みや不安のある人はぜひ相談してみてください。悩みや不安を吐き出すことは、恥ずかしいことでも弱いことでもありません。自分だけではかかえきれないときもあります。そんなとき、誰かに話を聞いてもらうことで気持ちが楽になったり、違う考え方ができるようになったりすることもあります。

また、保護者の方が相談することも可能です。面談は原則予約制です。予約が入っていないければ当日でも予約可能です。面談を希望される場合は、担任か保健室までご連絡ください。

スクールカウンセラー来校予定日

年間36回、木曜日に来られます。(そのうち午前中のみが12回)

月	日	月	日
4月	20日, 27日(AMのみ)	11月	2日, 9日(AMのみ), 16日, 30日
5月	11日, 19日, 25日(AMのみ)	12月	7日, 14日(AMのみ), 28日
6月	1日, 8日, 15日(AMのみ), 29日	1月	11日, 18日(AMのみ), 25日
7月	6日, 13日(AMのみ), 20日	2月	1日, 8日(AMのみ), 15日
9月	7日, 14日(AMのみ), 21日, 28日		22日, 29日(AMのみ)
10月	5日, 12日(AMのみ), 19日, 26日		

保護者の方の面談時間

- ① 9:55~10:40
- ② 10:50~11:35
- ③ 11:45~12:30
- ④ 13:15~14:00
- ⑤ 14:10~14:55
- ⑥ 15:05~15:50



1年生は全員面談を行います

毎年、1年生は全員、スクールカウンセラーとの面談を行うようにしています。何か悩みや不安があるときにすぐに相談できる体制作りの取り組みのひとつです。

時間は15分程度と短いですが、相談するきっかけづくりとなれば良いと思います。

※生徒の面談は、授業時間(50分間)か放課後の時間を使って行います。

スクールカウンセラー 自己紹介

はじめまして、本年度より尾道市立因島南小学校・因島南中学校において、スクールカウンセラーとして勤務させていただくことになりました 中司 博之(なかつか ひろゆき) と申します。どうぞよろしくお願いいたします。



なんとかコロナ禍も終息に向かい、学校にも表情豊かな児童生徒の皆さんの姿がようやく戻ってきつつあります。大変喜ばしいことです。

この3年余りのコロナ禍の中、社会全体において、また学校生活においても、すべての児童生徒の皆さんに、新たな生活様式が求められました。常時マスクを着用し、三密防止のためにフィジカルディスタンス(ソーシャルディスタンス)をとる中で、いつしか、対面の双方向の表情豊かなコミュニケーション(対話)が制限され、心理的な距離感の保ち方があやふやなものとなり、ついには心にまでマスクをして心を閉ざし、対人関係や学業(学習)に対するストレスを抱え、学校生活に何らかの苦戦を強いられる児童生徒さんたちを、他の学校において目の当たりにしてきました。

保護者の皆様、先生方も、出口の見えない、見通しの持てない不確かな状況の中で、さまざまな不安感を抱えられての日々であったと推察します。

こうした何らかのストレスフルな状況に陥った(陥りそうになる)時こそ、児童生徒の皆さん、保護者の皆様、また、先生方の思い(不安感や困り感等)をしっかりと受け止め、寄り添いながら傾聴し、時には一緒に「しのぎ」つつ、問題(課題)ととらえている状況が少しずつ好転したり、何かしらの「変化」が起こったりするように、そのお手伝い(サポート)をさせていただくことによって、「これから(未来)」に向けて、元気づけられる・勇気づけられるスクールカウンセラーとして、皆さんのお役に立てればと願っています。

また、児童生徒の皆さんが、より学校生活に適應し、その質を向上させ、安心感や居場所感、自己有用感(イケてる感)などを感じられるような学校環境づくり(「たがやし」)に向けて、先生方と協同して微力ながら尽力していきたいと思えます。

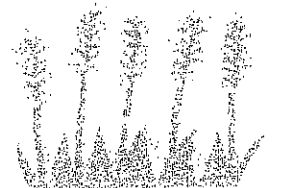
誰かに話をする(聴いてもらう)だけで、モヤモヤしていた気持ちや考えが整理されたり、気持ちが楽になったりすることもあります。また、不安感や困り感に対処する上で、現在の「生きにくさ」を和らげるための何かヒントのようなものが見つかるかもしれません。

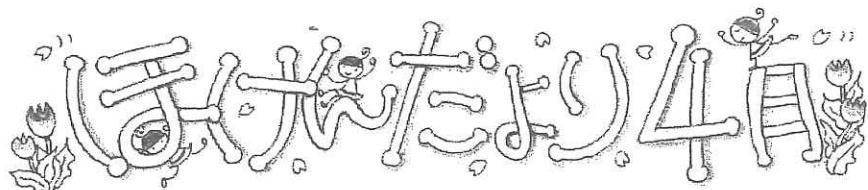
面談は、原則予約制です。予約が入っていないければ、当日でも予約可能です。面談の申し込みをして、安心して、相談室にお越しください。

実は私も、瀬戸内海のとある島の住人です。しまなみ海道でつながっているこの歴史と文化あふれる因島には、ものすごく親近感を持っています。小中学生の頃、よく釣りに来ていました。こうした因島の学校教育に携われることの喜びを胸に、ご縁に感謝しながら、スクールカウンセラーとして、因島南小学校・因島南中学校の児童生徒の皆さん、保護者の皆様、先生方の心の元気アップに貢献していきたいと思えます。

1年間どうぞよろしくお願いいたします。

少しでも皆さんの心の栄養補給に役立てばという思いから、スクールカウンセラーだより「麦の穂」を時折綴らせていただこうと思えます。一読していただけたら幸いです。





令和5年4月25日
因島南中学校 保健室

スクールカウンセラーの紹介です!

今年度、因島南小学校と因島南中学校のスクールカウンセラーとして中司 博之(なかつか ひろゆき)先生に来ていただくことになりました。

勉強・進路のこと、人付き合い、体調のことなど、悩みや不安のある人はぜひ相談してみてください。悩みや不安を吐き出すことは、恥ずかしいことでも弱いことでもありません。自分だけではかかえきれないときもあります。そんなとき、誰かに話を聞いてもらうことで気持ちが楽になったり、違う考え方ができるようになったりすることもあります。

また、保護者の方が相談することも可能です。面談は原則予約制です。予約が入っていないければ当日でも予約可能です。面談を希望される場合は、担任か保健室までご連絡ください。

スクールカウンセラー来校予定日

年間36回、木曜日に来られます。(そのうち午前中のみが12回)

月	日	月	日
4月	20日, 27日(AMのみ)	11月	2日, 9日(AMのみ), 16日, 30日
5月	11日, 19日, 25日(AMのみ)	12月	7日, 14日(AMのみ), 28日
6月	1日, 8日, 15日(AMのみ), 29日	1月	11日, 18日(AMのみ), 25日
7月	6日, 13日(AMのみ), 20日	2月	1日, 8日(AMのみ), 15日
9月	7日, 14日(AMのみ), 21日, 28日		22日, 29日(AMのみ)
10月	5日, 12日(AMのみ), 19日, 26日		

保護者の方の面談時間

- ① 9:55~10:40
- ② 10:50~11:35
- ③ 11:45~12:30
- ④ 13:15~14:00
- ⑤ 14:10~14:55
- ⑥ 15:05~15:50



1年生は全員面談を行います

毎年、1年生は全員、スクールカウンセラーとの面談を行うようにしています。何か悩みや不安があるときにすぐに相談できる体制作りの取り組みのひとつです。

時間は15分程度と短いですが、相談するきっかけづくりとなれば良いと思います。

※生徒の面談は、授業時間(50分間)か放課後の時間を使って行います。

スクールカウンセラー 自己紹介

はじめまして、本年度より尾道市立因島南小学校・因島南中学校において、スクールカウンセラーとして勤務させていただくことになりました 中司 博之(なかつか ひろゆき) と申します。どうぞよろしくお願いいたします。



なんとかコロナ禍も終息に向かい、学校にも表情豊かな児童生徒の皆さんの姿がようやく戻ってきてあります。大変喜ばしいことです。

この3年余りのコロナ禍の中、社会全体において、また学校生活においても、すべての児童生徒の皆さんに、新たな生活様式が求められました。常時マスクを着用し、三密防止のためにフィジカルディスタンス(ソーシャルディスタンス)をとる中で、いつしか、対面の双方向の表情豊かなコミュニケーション(対話)が制限され、心理的な距離感の保ち方があやふやなものとなり、ついには心にまでマスクをして心を閉ざし、対人関係や学業(学習)に対するストレスを抱え、学校生活に何らかの苦戦を強いられる児童生徒さんたちを、他の学校において目の当たりにしてきました。

保護者の皆様、先生方も、出口の見えない、見通しの持てない不確かな状況の中で、さまざまな不安感を抱えられての日々であったと推察します。

こうした何らかのストレスフルな状況に陥った(陥りそうになる)時こそ、児童生徒の皆さん、保護者の皆様、また、先生方の思い(不安感や困り感等)をしっかりと受け止め、寄り添いながら傾聴し、時には一緒に「しのぎ」つつ、問題(課題)ととらえている状況が少しずつ好転したり、何かしらの「変化」が起こったりするように、そのお手伝い(サポート)をさせていただくことによって、「これから(未来)」に向けて、元気づけられる・勇気づけられるスクールカウンセラーとして、皆さんのお役に立てればと願っています。

また、児童生徒の皆さんが、より学校生活に適応し、その質を向上させ、安心感や居場所感、自己有用感(イケてる感)などを感じられるような学校環境づくり(「たがやし」)に向けて、先生方と協同して微力ながら尽力していきたいと思えます。

誰かに話をする(聴いてもらう)だけで、モヤモヤしていた気持ちや考えが整理されたり、気持ちが楽になったりすることもあります。また、不安感や困り感に対処する上で、現在の「生きにくさ」を和らげるための何かヒントのようなものが見つかるかもしれません。

面談は、原則予約制です。予約が入っていないければ、当日でも予約可能です。面談の申し込みをして、安心して、相談室にお越しください。

実は私も、瀬戸内海のとある島の住人です。しまなみ海道でつながっているこの歴史と文化あふれる因島には、ものすごく親近感を持っています。小中学生の頃、よく釣りに来ていました。こうした因島の学校教育に携われることの喜びを胸に、ご縁に感謝しながら、スクールカウンセラーとして、因島南小学校・因島南中学校の児童生徒の皆さん、保護者の皆様、先生方の心の元気アップに貢献していきたいと思えます。

1年間どうぞよろしくお願いいたします。

少しでも皆さんの心の栄養補給に役立てばという思いから、スクールカウンセラーだより「麦の穂」を時折綴らせていただこうと思えます。一読していただけたら幸いです。

