

😊 カウンセラー便り No.1 😊

令和3年5月7日
尾道市立高西中学校
スクールカウンセラー 中野智子

<生徒の皆さんへ>

こんにちは！スクールカウンセラーの中野智子（なかのともこ）です。校内放送でご挨拶をしましたが、改めまして、どうぞよろしくお願いいたします。2カ月に1回、カウンセラー便りを発行していきますので、時間があるときに目を通してくださいね。

* 自己紹介 *

名前：中野智子 誕生日：8月17日
子どもの頃の夢：保育士 好きな言葉：十人十色
リフレッシュ方法：散歩
国内旅行（コロナの影響でしばらく行けていませんが…）

どうぞ
よろしく



☆ スクールカウンセラーって、どんなことをする人なの？

何となく不安、訳もなくイライラする、毎日やる気がでないなど、皆さんの心が疲れたとき、少しでも楽になれるようにお手伝いをします。そのために皆さんと一緒に色々なことについてお話をします。

☆ カウンセラー室ではどんなことをするの？

勉強のこと、友達のこと、将来のこと、自分自身のこと何でもかまいませんので、皆さんが話したいことや、心の中の思いを自由に話してください。皆さんのお話を聞きながら、何かお手伝いできることはないか一緒に考えていきます。

☆ いつ学校にきているの？

水曜日です。9：50 ～ 16：35 まで学校にいます

☆来校日 *カウンセラー室の入り口にも貼ってあります！

一学期	5月	12日 26日
	6月	9日 16日 30日
	7月	14日
二学期	9月	1日 15日 29日
	10月	6日 13日 27日
	11月	10日 17日
	12月	1日 15日
三学期	1月	12日 19日
	2月	2日 16日
	3月	2日

☆ カウンセラーに相談したいときは、どうしたらいいの？

1) ちょっとだけ興味があるけど…

昼休みは誰が来てもいいようにカウンセラー室を開放しています。友達と一緒にでもひとりでもいいので、気軽にのぞきに来てください！

2) 個別にじっくり話を聞いてほしい…

担任の先生、または椿山先生に伝えてください。時間をとってゆっくりお話をすることが出来ます。



<保護者の皆様へ>

はじめまして。今年から高西中学校校区を担当させていただくことになりました中野智子です。お子さん達が充実した学校生活を送れるようお手伝いしていければと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

中学校の3年間は、色々な葛藤を繰り返しながら子どもから大人へ成長していく大切な時期ですが、どのようにその成長を見守っていけばよいか悩まれることもあるかと思えます。何か心配なことや不安なことがあるときは、お気軽に学校までご連絡ください。

面談をご希望される方は、担任の先生または生徒指導主事（椿山先生）を通して申し込んでください。面談の日程調整を致します。面談場所は、職員室横のカウンセラー室です。なお、面談時間は原則として50分間としております。重ねてよろしくお願いいたします。