

☺ カウンセラー便り No.1 ☺

令和4年4月28日
スクールカウンセラー 中野智子

<生徒の皆さんへ>

1年生の皆さん、はじめまして！2年生3年生の皆さん、進級おめでとうございます！スクールカウンセラーの中野智子（なかのともこ）です。皆さんとの交流を楽しみにしていますので気軽に声をかけてくださいね。今年度も2カ月に1回カウンセラー便りを発行していきます。ほっとひと息つきたいときに目を通してもらえたら嬉しいです。

自己紹介

名前：中野智子 誕生日：8月17日

好きなもの：食後のデザート（おやつは常に持ち歩いています）

苦手なこと：洗剤の詰め替え（今日こそはと思っても失敗することが多いです。なぜ？）

よろしく
お願いします



☆ 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	4月	13日	27日	
	5月	11日	25日	
	6月	15日	22日	
	7月	6日		
二学期	9月	7日	21日	28日
	10月	5日	26日	
	11月	2日	9日	30日
	12月	7日	14日	
三学期	1月	11日	18日	
	2月	1日	8日	15日
	3月	1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、気軽にのぞきにきてください！

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できます。



<保護者の皆様へ>

こんにちは。今年度もよろしくお願いいいたします。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時期です。その成長を一番近くで見守っていらっしゃる保護者の皆様も、ときには不安や苛立ちを感じられることがあるかもしれません。何か心配なことや気になることがあるときは、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いたします。