



スクールカウンセラー便り

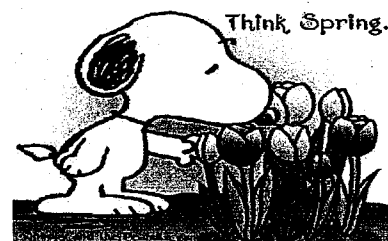
昨年度に引き続き、河北中学校でスクールカウンセラーをさせていただきます中嶋です。前の年よりももっと、皆さんと色々なお話ができれば嬉しいなと思っています。ぜひ気軽に声をかけて下さい♪

「スクールカウンセリングって何？」

カウンセリングと聞くと、最近はなじみのある言葉になって来たかもしれません。スクールカウンセリングは、皆さんが悩んでいた、困ったなあ、と思うようなことについて話したり聴いたり、どうしたらいいかを一緒に考えたりするところです。困ったことだけでなく「話してみたいなあ」と思うことがあったら、カウンセリングルームにぜひ来てみてください。春は、新しい一年のスタートの月ですね。皆さんにとって、不安と期待が入り混じるシーズンかもしれません。今年も、まだまだ新型コロナウイルス対応が続き、いつもよりも、色々な気持ちが皆さんの中にあるかもしれませんね。そんな気持ちを、誰かに相談したいなあと思ったら、ぜひ、スクールカウンセリングを利用して下さいね。

～保護者の皆様へ、新型コロナウイルスについて～

昨年度から新型コロナウイルスの感染拡大防止対策がとられ、子どもたちに多大なストレスが加わり、しんどくなったり、イライラしていることが続いているかもしれません。また、それに伴って保護者の方々にも多大なご負担があるかと思えます。今年度も、スクールカウンセラーは、週に1日来校しておりますので、ご自身、または、子どもたちのメンタルヘルスについて、どのような小さなことでも、気になることがありましたら、ぜひご相談ください。お話することで、皆様が少しでも安心できるように、願っております。



カウンセリングは、毎週金曜日となっておりますが、ない週もありますので、事前に予約のご確認よろしくお願ひします。

〔申し込み方法〕 ※スクールカウンセラーとの相談は原則として予約制です。

1. 担任の先生を通して申し込む。
2. 電話で教頭先生を通して申し込む。(073-455-2114)
3. 金曜日、直接、スクールカウンセラーに連絡下さり申し込むなど。

〔開室時間〕 原則：金曜日 10:00～15:45

〔相談場所〕 カウンセリングルーム (第1相談室でしています)