

西中学校 心の相談室だより

平成30年4月号

西中のみなさん、ご入学、進級おめでとうございます！！

新しいクラス、新しい仲間とこれから1年間を共に過ごすこととなります。そして、勉強や行事、部活などを通して、いろいろなことを経験することと思います。1年生のみなさんは、初めてのことばかりでとまどうことも多いと思いますが、2年生や3年生の先輩が快くアドバイスをしてくれると思います。そんな1年生のよいお手本となれるように2年生、3年生のみなさんも昨年の経験を生かして、楽しい西中生活を送ってください。スクールカウンセラー、相談員は、いつでもみなさんの心を全力で支えていきます。

☆☆☆ 相談室 紹介 ☆☆☆

月曜日 10:30~16:30

◆スクールカウンセラー／鈴木 範子（北館二階 西の突き当たり）

「臨床心理士：来室される方それぞれに合った解決方法を考えていこうと思います。」

水・金曜日 11:30~16:30

◆心の教室相談員／吉澤 真知乃（北館一階 保健室の隣）

「心理カウンセラー：生徒のみなさんが、笑顔で安心して過ごせるようにサポートしていきます！」



相談 の申込み・予約方法と手順

- 方法1. 相談員、保健室の先生、担任の先生に直接申込みをする。
- 方法2. 「玄関口」と「保健室」に設置の予約申込み用紙にて申込む。
- 方法3. 相談室だよりに付いている申込書に記入して「昇降口」と「保健室」にあるポストに入れる。



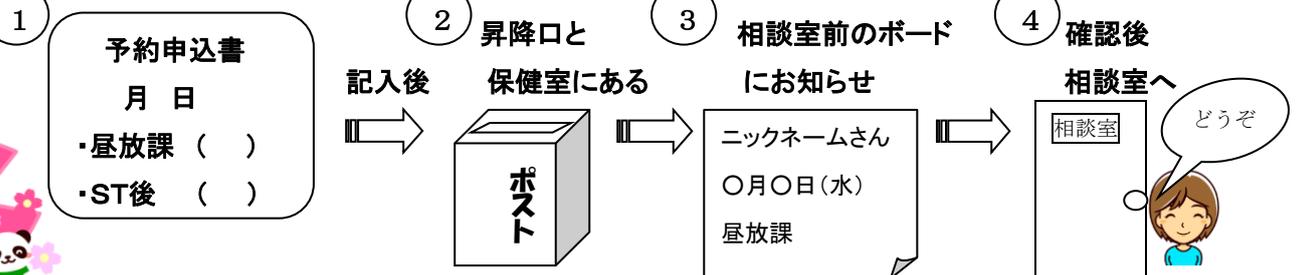
※2・3の方法での申し込みの場合は、後日予約受付完了の返事を相談室前に掲示します。

※日付、時間に変更がある場合もありますので、相談室入口の予定表を確認してください。

※相談は原則として授業時間外になります。

※直接来室しても良いですが、予約が優先になりますのでなるべく予約を入れてくださいね。

【手順】



月	火	水	木	金
2	3	4	5 入学式・始業式	6
9 鈴木 10:30~16:30	10	11 吉澤 11:30~16:30	12	13 吉澤 11:30~16:30
16 鈴木 10:30~16:30	17	18 吉澤 11:30~16:30	19	20 吉澤 11:30~16:30
23	24	25 吉澤 11:30~16:30	26	27 吉澤 11:30~14:30

★★★ 相談員 紹介 ★★★

今年度も「スクールカウンセラー(臨床心理士)『鈴木 範子』」と「心の教室相談員(心理カウンセラー)『吉澤 真知乃』」が、みなさんの学校生活をバックアップしていきます！！
給食の時間にクラスを訪問しますので、顔と名前を覚えてくれるとうれしいです。

スクールカウンセラー

西中学校の生徒さん、保護者の皆様、職員の皆様、こんにちは。月曜日担当の鈴木範子です。

私は医療・福祉・教育の場で臨床心理士として働いています。昨年に引き続き西中に勤務することになりました。

ところで、西中には相談室が2つありますが、月曜の相談室が「配膳室のある北館二階つきあたりに移動しました。人の目につきにくい場所です。日当たりがよく、少し広くなり(冬はやや寒いですが)前よりも来室しやすいかと思えます。相談予約が入っていなければ、開放していますのでのぞきにきてください。

来室される方が、ご自分の中に感じているものを「ことば」という「形」にして出す作業をしやすく、または、過ごしやすい場として相談室を使ってもらえたらと願っています。

相談内容は秘密にすることをお約束します。

質問やお手紙も大歓迎です。

どうぞよろしくお願い致します。 鈴木範子

心の教室相談員

みなさん、こんにちは！

昨年に引き続き「心の教室相談員」の吉澤真知乃です。水曜日と金曜日に来校しています。

みなさんの授業風景を見に行ったり、給食と一緒に食べたり、掃除もします。

思春期まっただ中のみなさんは、友人関係、勉強、部活やいろいろな行事を通して、みなさんなりに発見したり、喜んだり、悲しんだり、悩んだり、落ち込んだりといろいろあるでしょう。相談員としては、そんなみなさんが自分なりに考え、気づいて成長している姿が見られることが何よりうれしいです。(^^♪

でも、もし家のこと、友達のこと、部活のことなどで悩むことがあったら、「ちょっと聴いて～」と言った感じで、気軽に相談室に足を運んでみてくださいね。

一人で抱えて我慢せず、一緒に解決策を考えていきましょう！！

一年間よろしくお願いします。 吉澤 真知乃

【相談室Q&A】



Q1: 相談室はどこですか？

A・・・みなさんが安心して、おしゃべりができる部屋です。

Q2: 相談室は誰でも行っているの？

A・・・もちろん、誰でも利用できます。

Q3: どうやって予約を申し込むの？

A・・・ ① 直接、SC、相談員、先生に申し込む
② 相談室だより **裏面の申込書** か、1. 2 年生 玄関口と保健室内にある申込書をポストに入れる

Q4: いつ行けばいいの？

A・・・(月)・(水)・(金)の昼放課やST後に来てください。

Q5: 相談がなくても行ってもいいの？

A・・・大丈夫ですよ。例えば絵を描いたり、折紙したり、貼り絵をしたりしながら気軽におしゃべりできます。雑談をしに来てくれてもいいですよ。

切取り線

☆ 予約申込書 ☆

申込日: 平成 年 月 日

年 組 / 氏名

* 相談したい相手の番号に○をつけてください

- ① スクールカウンセラー 鈴木 (月)
② 心の教室相談員 吉澤 (水)(金)

相談希望日

月 日 ()

① 昼放課 ()

② ST後 ()

◆ ニックネーム:

(例) ミッフィー

