

スクールカウンセラーからのお知らせ

令和5年5月

スクールカウンセラー

池田 晴美

生徒の皆さんへ

皆さん、こんにちは。

今年度から海田中学校に勤務することになりました、スクールカウンセラーの池田です。

皆さんが安心して楽しく学校生活を送れるよう、力になればと願っています。

どうぞよろしく申し上げます。

☆ スクールカウンセラーに、どんなことを相談できるの？

毎日の生活の中では、楽しいこともあれば、困ったことが起きたり、不安になったりすることもあります。そのようなことは誰にでもあることです。

たとえば・・・「友達関係がうまくいかない」「イライラすることが多い」「気持ちが落ち込んで、元気が出ない」「勉強に集中できない」「学校に行きたくない」「悩みがあるけれど、誰に話したらよいかわからない」など・・・

何か悩みがあるとき、スクールカウンセラーは話を聞いて、どうしたらよいかを一緒に考えます。

すぐに解決するのは難しいこともあるかもしれませんが、でも話をするだけで、少し気持ちが楽になって、解決の糸口が見えてくることもあります。一人で悩んでいると、ぐるぐると同じことを考え続けて出口が見えなくなってしまうがちです。そんなとき、誰かに話をして一緒に考えてもらうことで心の中に少しゆとりができ、自分のペースで前に進めるようになることがあります。

「こんな小さなことでもいいのかな」「自分で何とかした方がいいのかな」と思うようなことでも大丈夫です。ぜひ気軽に話をしてみてくださいね。

☆ スクールカウンセラーにはいつ、どこで会えるの？

水曜日に海田中学校に来ています。

相談以外の時間は職員室にすることが多いです。

授業中や休憩時間に、皆さんの教室に行くこともあります。

見かけたら、気軽に声をかけてくださいね。



☆ 相談したいときはどうしたらよいの？

担任の先生や学年の先生、養護の先生など、海田中学校の先生に伝えてください。

学校でスクールカウンセラーに直接伝えてくれてもよいですし、保護者の方を通して学校に連絡してもらってもよいです。

時間を決めて、カウンセリングルームでお話を聞きます。

カウンセリングルームは中校舎2階にあります。

保護者の皆様へ

今年度より海田中学校に勤務することになりました、スクールカウンセラーの池田です。
水曜日に勤務し、保護者の方、お子様からのご相談をお受けいたします。
どうぞよろしくお願いいたします。

保護者の皆様が日々お子様の様子を見守っていらっしゃる中では、気になることやご心配を感じられることもあるかもしれません。

そのようなときは、お気軽にスクールカウンセラーにご相談ください。お子様の成長を支えるために何ができるとよいか、一緒に考えていけたらと思っております。

◆ たとえば、次のような相談をお受けいたします

気持ちが不安定 友達関係がうまくいかない 勉強に対してやる気がない
学校に行きたがらない 性格・行動で気になることがある
発達に関して心配がある など

◆ 相談のお申し込み方法

相談は予約制です。

担任の先生や学年の先生、生徒指導主事の村岡先生を通してご連絡ください。

海田中学校電話番号：082-822-2258

◆ 相談日時（今年度の予定）

全て水曜日です。変更になる場合もあります。

時間は13:20～16:05の間です。



5月	31日
6月	7日、14日、21日
7月	5日、12日
8月	30日
9月	6日、13日、27日
10月	4日、18日、25日

11月	8日、15日、29日
12月	6日
1月	17日、24日、31日
2月	7日、14日、28日
3月	6日