

明和中学校 相談室 だより

令和3年5月31日
中野区立明和中学校
スクールカウンセラー
心の教室相談員

皆さん、はじめまして。スクールカウンセラーの高橋と申します。どうぞよろしくお願いいたします。
明和中学校の南校舎2階、多目的室の隣には相談室があり、誰でも利用することができます。
今年度はスクールカウンセラーが週に2回勤務することになりました。心の教室相談員は週に2回勤務で、計4回も相談の機会があります。どんなことでも相談できます。ぜひご利用ください。
それでは今回は、相談室の利用の方法について、お知らせします。

【開室日時】

- ・ **スクールカウンセラー** 月・木曜日 9:00~17:00
- ・ **心の教室相談員** 水・金曜日 11:00~15:00 または 10:30~14:30
(変更する場合がありますので、相談室前のカレンダーで確認してください)



【生徒の皆さんの利用方法】

- ・原則、休み時間と放課後に利用できます。
- ・授業中に相談する必要がある場合は、まず、担任や学年の先生、養護教諭の許可を得ます。
- ・確実に相談をしたい場合は、予約をしてください。予約をしている人が優先されます。

【予約の方法】

- ①担任の先生や学年の先生、養護教諭に頼んで予約を入れてもらう。
- ②直接、スクールカウンセラーや心の教室相談員と約束をする。
(授業中の場合は①の方法、休み時間や放課後の予約は①②どちらでもよい)

自己紹介

心の教室相談員

水曜・金曜

明和中の皆さん、こんにちは。心の教室相談員です。

私は皆さんと色々お話をしたり、一緒に悩んだり、考えたり、少しでも皆さんの学校生活が楽しく過ごせるようお役に立てればと思っています。

私はアメリカに約30年間住んでいました。まだ子どもはアメリカに住んでいるので、皆さんとお話するのがとても楽しみです。困ったことがありましたら、何でも話にきてください。アメリカのことを知りたい人や、英語を話してみたい人も大歓迎です。沢山の方とお話できたらと楽しみにしています。

スクールカウンセラー

月曜・木曜

皆さん、はじめまして。

私の趣味は、映画やYouTubeやアニメを観ることです。ちょっと心が疲れたなーと思った時は、音楽を聴いたり、好きな実況者さんの声を聴いたりしてリフレッシュしています。ぜひ、皆さんの好きなもの、オススメの曲や推しを教えてください。

私が中学生の頃も、色々悩んでいました。どんな小さな悩みでも、どんなことでも相談してください。一緒に考えます。

また、イライラや不安等のコントロール方法を教えることもできます。どうぞよろしくお願いいたします。

保護者の皆様へ

はじめまして。臨床心理士の高橋と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

相談予約の方法ですが、

- ①直接、担任や学年の先生、養護教諭、スクールカウンセラーや相談員に面接の希望を伝える。
- ②学校にお電話いただき、スクールカウンセラー、相談員、養護教諭、学年の先生方にご希望の日時を伝え、相談予約をする。

上記どちらの方法でもかまいません。お気軽にご利用くださいませ。子どもたちの幸せのため、少しでもお役に立ちたいと願っております。

学校代表番号 03-3330-5325