

旭中 相談室だより

平成27年度
4・5月号

旭中のみなさん、ご入学・進級おめでとうございます！

すっかり春ですね。校庭の見事な桜の木も、花が散って青々とした新緑の葉でいっぱいになってきました。みなさんもこの季節に、胸の中を夢や希望でいっぱいに行けるといいですね。旭中での生活が、みなさん一人一人にとって楽しく健やかなものになるよう、相談室から応援していきたいと思えます。

私たちが相談室のスタッフです



「スクールカウンセラー(臨床心理士)」の上田千鶴と、「心の教室相談員」の水野みち代が交替で相談室にいます。裏面の「在校日時予定表」を参考にしてください。給食の時間にクラスを巡回しますので、顔を覚えて声をかけてくださいね。

心の教室相談員

相談員の水野みち代です。ミッチーと呼んでください。

悩みは一人で抱えると大変。話してみたいと思ったら、気軽に声をかけてください。一緒に考えましょう。そして具体的な方策を練って、少しでも解決の方向にもっていったらと思います。そんなお手伝いができたら・・・と思ってやってきました。

日々楽しいことや、悲しいことやつらいことがあります。いつまでも悲しいことやつらいことは続かないものです。お天気と同じで雨の日がずっと続かないようにいつかきっと晴れる日があるのですからね。落ち込んでいる人がいたら、空を見上げてみてください。世界中に繋がっている空です。

火曜日と水曜日の午後に相談室にいます。待っています。

水野 みち代

スクールカウンセラー

スクールカウンセラーの上田千鶴です。みなさんの悩みを聞いたり一緒に考えたりするのが私の仕事です。金曜日に来ています。

人の性格って生まれたときから決まっているの？それとも育っていくうちに変わっていくのかな？・・・そんな疑問を感じて心理学に興味をもち、「臨床心理士」になりました。

楽しく幸せな人生を送りたい！・・・そんな思いをいつも持っています。みなさんもそうであってほしいです。・・・とはいえ、うまくいかないことも多いですよ。そんな時には、相談室のことを思い出してください。

みなさんとお話しするのを楽しみにしています。保護者からの相談も受けています。

どうぞよろしくお願ひします。

上田 千鶴

相談室って、こんなところ。

相談室は、みなさんが「ほっ」とできるような場所であることを目的とした部屋です。昼休みや放課後には開放していて、誰でも自由に出入りができます。おしゃべりしたり、絵を描いたり、ぼーっとしたり・・・自由に、気楽に過ごせる所ですよ。場所は、保健室のとなりです。 ウラ面へ

お話を聞かせてください。

困っていること、迷っていることがある時や、誰かに話を聞いてもらいたい時には、ぜひ相談室で聞かせてください。学校のことも、家のことも、自分のことも、他の人のことも、どんなことでもOKです。話すことでスッキリできるといいですね。

みなさんの大切なお話を、できるだけじっくり聞けるようにしたいと思っています。事前に申込みをしてもらえると確実に時間を取ることができますので、予約システムをぜひ活用してください。もちろん、急な相談でもOKです。いつでも声をかけてください。

相談の申込み方法(予約システム)

- ① 相談室前に置いてある相談申込票に記入してください。
- ② 相談申込票をキリトリ線で切り取り、上部をポストに入れてください。下部は自分用のひかえとして持っておいてください。
- ③ 相談日時は相談室前のコルクボードに貼ってお知らせしますので各自で確認してください。名前は表示しません。申込み番号を表示しますので、確認してください。

※ 4・5月の在校日時予定表 ※

月	火	水	木	金
27	28 水野 12:30~16:30	29 祝日	30	5/1 上田 9:00~16:30
5/4 祝日	5 祝日	6 祝日	7	8 上田 12:30~16:30
11	12 水野 12:30~16:30	13 水野 12:30~16:30	14	15 上田 9:00~16:30
18	19 水野 12:30~16:30	20 水野 12:30~16:30	21	22 上田 12:30~16:30
25	26	27 水野 12:30~16:30	28	29 上田 9:00~16:30
6/1	2	3 水野 12:30~16:30	4	5 上田 12:30~16:30

☆ 相談員の都合で、日程が急に変わることがあります。その時はゴメンナサイ! (>_<)

☆ 相談員のいる昼放課は相談室が開いているので、気軽にのぞきにきてくださいね。