

スクールカウンセラー便り

No.1

令和5年4月

北区立堀船中学校 スクールカウンセラー
都) 巨 亜紀子 (わたり あきこ)
区) 中間 崇文 (なかま たかふみ)



1年生の皆さん、はじめまして。堀船小学校、滝野川第五小学校出身の生徒は覚えているかもしれませんがね。2年生、3年生のみなさん、こんにちは！

スクールカウンセラーの^{なかま}中間 ^{たかふみ}崇文です。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、新学年がスタートして約2週間が過ぎました。新しいクラスでの授業や部活動、先輩・後輩との関わりもあり、体も気持ちもいっぱいになって、疲れているかもしれません。焦らず自分のペースで、ゆっくりと調子を整えて、新しい環境に慣れていってくださいね。

今年度も相談室は中間と巨が担当します。寄せられる相談は実に様々です。学習のこと、友人のこと、クラスのこと、委員会や係活動のこと、部活動のこと、進路や受験のこと、家族のこと、自分自身のこと、などなど。悩みや不安、心配事などネガティブに思える話題が多いように感じられますが、自分が得意なものや好きなものを再発見するなどポジティブな雰囲気でも話が終わることも多くあります。気になることがあれば何でも大丈夫なのでお話に来てみませんか。話す中で自分自身に気がつくお手伝いをしたいと思っています。

中間カウンセラー (火曜日)

4月・・18日、25日、

5月・・2日、9日、16日、23日、30日

巨カウンセラー (木曜日)

4月・・20日、27日

5月・・11日、18日、25日

カウンセラーに相談したい人は担任の先生や話しやすい先生にカウンセリングの申し込みをしてください。

相談室は火曜日と木曜日の9時から4時まで開いています。