



スクールカウンセラー便り



H23年1月18日

志村第五中学校スクールカウンセラー発行

少し遅くなりましたが

明けましておめでとうございます！

今年一年が、志村五中の皆さんにとって

素晴らしい年となりますよう心から願っています！！

新しい年になると、今年はこんな事をがんばるぞ、とか、
こんな年になるといいなあー、なんて思いませんか？

皆さんはどんな目標をたてましたか？

3年生は目の前の進路、1・2年生はどうでしょうか？

ところで何をなしとげるにも健康であることが基本です。
健康を保ち維持していくには、規則正しい生活と、
心・気持ちの安定・やすらぎが何より大切です。



長い休みの後は、なかなか学校生活のリズムに慣れず、
身体がだるいと感じることもあると思います。

うまくいかないなあと感じる人は、気軽に相談室にお話にきてみてください。

一緒に良い方法を考えていくことができますよ！！

1月・2月のスクールカウンセラー来校予定

1/17 (月)・1/24 (月)・2/4 (金)

2/14 (月)・2/21 (月)・2/28 (月)

※2月4日は、金曜日になります。

スクールカウンセラーって校内のどこにいるの？

スクールカウンセラーのお部屋として、相談室という場所があります。保健室のちょうど向かいの部屋です。カウンセラーとゆっくりお話ができるスペースとして用意されています。

また、カウンセラーは職員室にいることもあります。校内を歩き回っていたりもしています。見かけたら、気軽に声をかけてください。

どうやって相談したらいいの？

相談のある人は次の方法で申し込んで下さい。

1. 直接スクールカウンセラーに申し込む。
2. 相談室のドアのところにあるメッセージボックスに予約票を入れる。
3. 担任の先生や話しやすい先生を通して申し込む。



☆予約のない時には、特別な相談が無くてもおしゃべりに来ることができます。

☆朝9時から夕方5時45分まで来校しています。

☆相談室の生徒の利用時間は、原則として休み時間と放課後です。

保護者の皆様へ

スクールカウンセラーは、保護者の皆様からのご相談も承っております。

思春期の子ども達の心の問題や子育ての悩みなど、おひとりで考えていてもなかなかうまくいかないとき、カウンセラーにお話ししていただくことで、問題のとらえ方が変わったり解決策が見えてきたりすることもあります。

お気軽にご利用下さい。

原則として予約制となっておりますので、志村第五中学校にお電話をいただき、ご予約をお取り下さい。

志村第五中学校

TEL (3969) 8421

