

GO SLOWLY !

塩竈市立第二中学校相談室だより

NO. 1 2022. 4



1年生の皆さんご入学おめでとうございます。そして、2・3年生の皆さん進級おめでとうございます。新しい教室の雰囲気には慣れてきましたか？ そろそろ部活動も本格的に始まります。ペースをつかんで学校生活を楽しんでください。

相談室では、昨年度に引き続きスクールカウンセラーのJ、Mが待っています。「相談室って何だろう！？」と思っている1年生も多いと思います。今回のお便りでは、相談室とスクールカウンセラーについて簡単に紹介します。2、3年生も、改めて予約の仕方などを確認してください。

相談室に関するQ&A



Q1. 何をする部屋ですか？

- ・・・何か困ったことや相談がある場合にカウンセラーと話をする部屋です。
- もちろん相談の内容についてはみなさんとカウンセラーの秘密です。

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| • 友達との仲がうまくいかない | • 人づき合いが苦手だ |
| • 悪口を言われるなど、いじめられている | • 自分の気持ちが相手に伝わらず困っている |
| • クラスや集団の中では自分をうまく出せない | • 勉強のしかたが分からない |
| • ついつい人にいじわるな気持ちをぶつけてしまう | • 成績が上がらなくて悩んでいる |
| • 自分の性格や行動について悩んでいる | • 部活動がづらい |
| • 家や家族のことでの心配がある | • 恋愛について悩んでいる |
| • 身体の具合がよくないのが続いている | • 緊張しがちだ |
| • イライラがおさまらず困っている | • いつも悲しい気持ちになる |
| • なぜかやる気が出ない | • 食欲がない、眠れない |

その他気になっていることならどのような話でも受けつけています。何かよい方法はないか一緒に考えていきましょう。

Q2. いつ開いていますか？

・・・主に火曜日 8:45～15:30

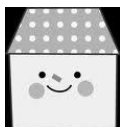


場所は1階 「相談室」です。(保健室となり)

※他の曜日に来校することもありますので、相談室廊下に貼ってある開室予定を参考にしてください。

Q3. 相談がある場合はどうやって申し込めばいいですか？

・・・①担任の先生や保健の先生、身近な先生に話して申し込む。



その後、日時や時間をお知らせします。

②直接相談室へ行く

相談室のドアに「相談中」のふだがかかっているなければ、直接話をしに来てでもいいですよ。

予約が入っていない時は、相談室のドアに「在室」のふだがかかっています。昼休みなどは開放しているので、ちょっと息抜きしたいときやおしゃべりをしたい時などにもどうぞ気軽に利用してください。お待ちしております♪



**** 今年度の開室予定日 ****

4月	12(火)、19(火)、28(木)	10月	6(木)、18(火)、25(火)
5月	10(火)、16(月)、24(火)、31(火)	11月	1(火)、15(火)、22(火)、28(月)
6月	10(金)、15(水)、20(月)、28(火)	12月	6(火)、13(火)、20(火)
7月	12(火)、19(火)	1月	17(火)、24(火)、31(火)
8月	30(火)	2月	9(木)、20(月)、28(火)
9月	8(木)、13(火)、21(水)、27(火)	3月	7(火)、14(火)、20(月)

※新型コロナウイルス感染症に伴う行事変更によって、日程が変更する場合があります。

