



カウンセラー便り



式下中学校のみなさん、こんにちは。今年度もスクールカウンセラーとしてお世話になることになりました、原田 恵梨香（はらだ えりか）です。みなさんには、悩んでいることを相談できる人と思ってもらえるとうれしいです。もし何か困っていることや気になることがあったらいつでも相談に来てくださいね。

自分のこと

例えば

- 誰かに話を聞いて欲しい
- 自分の性格について相談したい
- 気持ちが落ち込むことが多い
- 自分の得意不得意を整理したい



人間関係

例えば

- 友達づきあい・恋愛がうまくいかない
- 家族のことで悩んでいる
- SNSトラブルに巻き込まれた



生活

例えば

- 昼夜逆転の生活が続いている
- 時間の管理がうまくいかない
- 部活と学業の両立が難しい



学業・進路

例えば

- 課題などの提出が間に合わない
- 学業への意欲がわからない
- 進路について悩んでいる



☆保護者の皆さま☆

お子さまのことで何か困りごとや気になることがございましたら、どんな些細なことでも構いませんので、お気軽にご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

〈1 学期 カウンセラー勤務日〉

- 5月6日、 20日
- 6月3日、 17日
- 7月1日

○相談の基本時間帯

- 1) 11:40~12:30
- 2) 13:40~14:30
- 3) 14:40~15:30
- 4) 15:40~16:30

～式下中学校の相談室をご利用ください～

(式下中学校スクールカウンセリングのご案内)

式下中学校には、「奈良県スクールカウンセラー活用事業」により、
スクールカウンセラーが配置されています。「子どものことが心配…。」
「どう接していいのかわからない…」等、悩みをひとりで抱え込まないで
ちょっと話をしてみませんか？

式下中学校スクールカウンセラーがお話をお伺いします。

◇ご予約：**0745-44-0039**

(式下中学校 相談室担当 菅原まで)

☆スクールカウンセリングは予約相談です。事前に上記までお電話ください。

なお、担当者が不在の場合は、あらためて電話いただくか、連絡先を対応者にお伝えください。

☆相談日・時間帯は裏面『カウンセラーだより』下段の〈カウンセラー勤務日〉でご確認ください。なお、時間帯につきましては、校時によっては変更することがあります。予約時にご確認ください。

☆相談場所は式下中学校相談室(本館1階中央昇降口西側、保健室の隣)です。

初回来校の際に詳しくご案内いたします。

☆その他、ご不明な点がございましたら、

ご遠慮なくお問い合わせください。

