



相談室だより



令和5年4月
相模原市立中野中学校
青少年教育カウンセラー

中野中学校のみなさん、ご入学・ご進級おめでとうございます🎉

新しい学校・学年・クラスになり、みなさんは日々どのような気持ちで学校生活を送っているのでしょうか？ワクワク、ドキドキ、不安…人それぞれ、色々な気持ちを感じているかと思います。環境が変化した今、色々な気持ちを感じることは誰にでも起こりうることです。

そんな色々な気持ちを整理したいと思った時、みなさんはどのような方法を使いますか？1人でじっくり考える、信頼できる人に話す、いくつかの方法があると思いますが、方法の1つとして“カウンセラーへの相談”があります。今年度も、青少年教育カウンセラーの2人が、それぞれ火曜日と木曜日を担当します。学校で見かけた際は気軽に声をかけてください。1年間どうぞよろしくお祈いします。

火曜日担当カウンセラー



最近深夜のラジオが面白くて聞いています。みなさんが今はまっているものはなんですか？昼休み(火)は相談室にいますので、少し話したい、のんびりしたい人もぜひ来てくださいね。

木曜日担当カウンセラー



みなさん、はじめまして。
4月から中野中学校のカウンセラーになりました。みなさんとお話できたら嬉しいです。よろしくお祈いします。

*開室日と時間

火曜日 10:00~17:00

木曜日 10:00~17:00

※都合により変更になる場合があります。

※原則10時からの予約受付ですが、9時からの予約を希望する場合はカウンセラーに相談してください。

*場所

1階 保健室の2つとなりの部屋にあります。



*1学期の開室日

4月	5月
火曜日：18日、25日 木曜日：13日、20日、27日	火曜日：2日、9日、16日、23日、30日 木曜日：11日、18日、25日
6月	7月
火曜日：6日、13日、20日、27日 木曜日：1日、8日、15日、22日、29日	火曜日：4日、11日 木曜日：6日、13日

*青少年教育カウンセラーは何をする人？

友だちのこと、学校のこと、家族のこと、なんだか分からないけどモヤモヤしていることなどはありませんか？そんな時カウンセラーはみなさんのお話をゆっくりと聞いて、気になっていることを一緒に考えます。うまく言葉にできなくてもかまいません。少しずつ気持ちが整理できるように、お手伝いします。また、教室でどんな活動をしているか、みなさんの様子を見に行くこともあります。

*相談室はどうやって利用するの？

●昼休みや放課後は自由に出入りができます。

友だちと一緒にでも、1人でもOKです。ちょっとホッとしたい、ゆっくりしたいという時に気軽に立ち寄ってください。みなさんの顔が見られることを、カウンセラーも楽しみに待っています。

●予約の人が優先です。

ゆっくり話をしたい、他の人がいると話しにくいという時は、ぜひ予約をしてください。

●予約の仕方

以下の方法から、1つ選んで予約をしてください。

- ①休み時間や放課後に、直接相談室に来て予約する。
- ②先生を通して予約する。

保護者の皆様へ

この度は、お子様のご入学・ご進級おめでとうございます。今年度、中野中学校に勤務します青少年教育カウンセラーです。一年間、どうぞ宜しくお願い致します。

今年度も、相談室では保護者の皆様からのご相談も受け付けております。お子様のことや、気になることや、心配なことなどがありましたら、お気軽にご利用ください。なお、相談内容について、相談者の許可なく第三者に伝えることはありません。

ご相談にいらっしゃる場合は、十分に時間を確保できるよう事前に予約されることをお勧めしております。学校の先生を通じてご連絡いただくか、直接、相談室までお電話ください。

◆中野中学校相談室：042-784-1431（相談室直通電話）

【開室・受付時間：毎週火・木曜日、10時～17時】

※留守番電話になる場合もありますが、お名前、ご連絡先のメッセージを残していただければ、カウンセラーからおかけ直しいたします。

※開室日の相談が難しい場合、青少年相談センター相模湖相談室での相談も承っております。ご希望の方は下記にご連絡ください。

◆青少年相談センター 相模湖相談室：042-682-7020

【受付時間：月～金曜日、9時～17時】