

スクールカウンセラーだより

むくのき学園



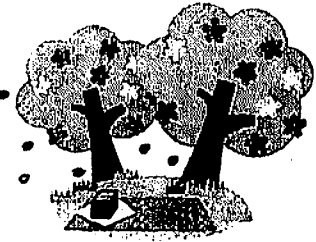
2021年4月
スクールカウンセラー 内田 智章

こんにちは。スクールカウンセラーの内田智章(うちだ ともあき)と申します。
どうぞよろしくお願いいたします。

☆スクールカウンセラーって何？

ご入学、ご進級おめでとうございます。春はスタートの季節です。
新型コロナウイルス感染症の影響で、制約等が多く、いつもは当たり前だと思っていた日常が、どれほど幸せであったかと思えます。
なかなか心の休まらない日が続きますが、一日も早く穏やかな日々
が戻るよう、いま自分に何ができるかを考えていきましょう。

学校や家庭で過ごす中、ときには、うまくいかないとき、不安なとき、
どうしてよいかわからないときがあることでしょう。そんなとき、カ
ウンセラーと話すという方法があります。しっかり考えを聞き、一緒になってどうしたらいいか考
えるお手伝いをする。それが、スクールカウンセラーです。



☆ カウンセリングでは、どんなことを話せばいいの？

あなたが思ったことを楽に話してください。カウンセラーとの会話の中で、自分を冷静にながめ
られるようになってきます。そうすると、もやもやしていた気持ちがスッキリしたり、不安や悩んで
いたことの解決のヒントが得られていくことでしょう。

☆ 相談したいけど、どう話したらいいのかわからない、、、

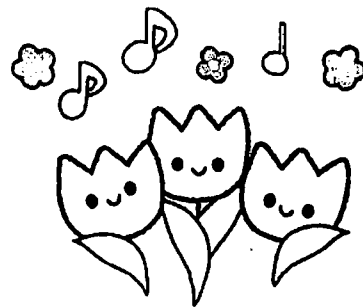
それも大丈夫です。上手に話す必要はありません。どこからでも話せるところから、自分のペー
スで話してください。秘密も守られますので安心してお話しください。

☆ スクールカウンセラーは、いつ、どこにいるの？

基本的に毎週木曜日に来ています。
どこでも見かけたら、気軽に声をかけてくださいね。

1学期の来校日は次のようになっています。

- 【4月】4月15日、22日
- 【5月】5月6日、13日、20日、27日
- 【6月】6月3日、10日、17日、24日
- 【7月】7月1日、8日、15日



☆ 保護者のみなさま

お子さまの成長を一緒に応援していきます。お子さまやご自身、ご家庭のことなど気になること
がございましたら、小さな事でもお気軽にご利用下さい。

☆ 対象者

在校生、市内在住の幼児～高校生、その保護者、及び教職員となっております。

☆ 申込み方法

カウンセリングは予約制となっております。
お問合せ・お申込みは、担任の先生や教頭先生にご連絡ください。