

# イマジネーション

大桐中学校スクールカウンセラー便り  
2020 No.1

## 児童生徒のみなさん

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年はいつもと異なり、にぎやかな声が聞こえてこない中、新年度がスタートしています。昨年度に引き続き、大桐中学校のスクールカウンセラーとして活動することになりました「森本 奈央（もりもと なお）」と申します。小学生・中学1年生のみなさんには初めてお便りを出します。中学2年生、中学3年生のみなさん、今年もよろしくお願いします。

皆さんも知っている通り、新型コロナウイルス感染症による臨時休校で、お家にいる時間が長くなっていますね。皆さんの体調はどうですか？しんどい気持ちになっていませんか？友達と会う時間が減って寂しくないですか？お家の人とずっといることでつらくなっていませんか？

いつもと違う状況が続くと、誰でもストレスがたまりやすくなります。もし誰かに何か話したい、話を聞いてもらいたいと思ったら、学校に電話してくださいね。

## 保護者の皆様

お子さまのご入学・ご進級おめでとうございます。例年であれば、桜のきれいな季節に心が晴れやかになるところ、今年は先見ええない不安な中での春を迎えています。保護者の皆様には、児童生徒の学力保障・心のケア・健康面などご心配なことは尽きないかと思えます。お子さまのことやご自身のことでご不安なことやご心配なことがありましたら、お気軽にご連絡ください。

### ★スクールカウンセラーって？

みなさんの悩みや困っていることを聴いて、一緒に考えて解決したり気持ちが楽になるようお手伝いをする仕事です。例えば、勉強・進路のこと、友達のこと、身体のこと、性格のこと、家族のこと、恋愛や性のことなど。話してみたいと思ったらカウンセリングルームに来てくださいね。

### ★相談したことが周りにばれたりしないかな？

スクールカウンセラーには守秘義務（秘密を守る義務）があります。特別な場合を除いて、みなさんからの相談の内容は必ず守りますので、安心して来てくださいね。

### ★どうやって相談できる？

大切な話をじっくり時間をとって聴かせていただきたいので、予約をお願いしています。先生に「スクールカウンセラーに相談したい」と伝えて予約をしてください。相談は一回だけでもいいですし、複数回相談を続けていくこともできます。

毎週 金曜日の 10時から 16時45分まで、大桐中学校 1階の多目的室横の  
カウンセリングルームにいます。

