

# カウンセラーたより

令和4年度 第1号 6月15日発行  
高柳中学校スクールカウンセラー 山本弘美

## 生徒の皆さん、保護者の皆さま、初めまして

1年生の皆さん、学校生活は少しずつ慣れたでしょうか。上級生の皆さん、私は高柳中に来て2年目ですが、おたよりを出すのは初めてです。5月の生徒総会では皆さんの立派な様子も体育館で見せてもらいました。私は毎週火曜日10時半から来ています。場所は事務室と保健室の間にある相談室です。時には校内をまわることもあるかもしれません。いつも皆さんが気持ちよく挨拶をしてくれるので、私も嬉しい気持ちで返していますが、誰だか気づいている人は少ないかもしれませんね。カウンセラーが何をする人なのか少しだけ紹介させてください。



誰もが〈しっかりしよう〉と思う気持ちは大切ですね。それが自分の支えになるからです。そしてその気持ちが支えになれる時は心の充電に余裕がある時です。でもモヤモヤしていること、悲しかったこと、いつもは笑顔でいるけれど本当は心の中が苦しいってこと、誰にも少しずつはありますよね。たまにはそういう気持ちにも心を寄せてあげないと、心の充電が切れてしまうことがあります。皆さんが心の寄り添いタイムが欲しいなと思ったら、火曜日にスクールカウンセラーが来ていると覚えておいて、休み時間に相談室をたずねてくれると嬉しいです。他にも保健室の林先生や他の先生方にも予約をしてもらえるようお願いしてあります。



### ～保護者の皆さまへ～

お子さんのご様子が心配な時には親としていろいろな思いがおありになるかと思います。お子さんやご自身のことを否定するのではなく、理解の助けになるお時間をご一緒に過ごすのはいかがでしょうか。よろしければ一度お話しにいらして下さい。相談するのは勇気も必要になるかもしれません。私もそのような思いでお越しくださることを前提にお会いしております。お会いする際はまず下記にお電話をいただき日時をお約束します。また先生方にお伝えいただいても結構です。

**相談室直通電話 04-7193-7227 毎週火曜日 10:30～16:30**

\*お話しされた内容が勝手に外に出ることはありません。日によって16:30以降も在室している場合がございます。お時間を過ぎてしまってもまずはお電話してみてください。また時間内でも不在な時がございます。