



スクールカウンセラーだより Vol.1

令和5年4月

北区立 赤羽岩淵中学校

スクールカウンセラー

丸地 知美 今村 誠 島袋 史奈

生徒のみなさんへ

新年度が始まって1ヶ月が過ぎようとしています。新しい生活には慣れてきたでしょうか。もしなかなか慣れずにドキドキが続いたり、反対に緊張が緩んだりして、「疲れやすいな、眠いな、元気が出ないな」と感じたら、いつもより早く寝たり、ゆっくりとお風呂に入ったり、自分の好きなことをする時間を作るなど、心と身体をお休みさせることを意識してみてくださいね。

友達や先生とお話することでも、元気が出てくると思います。スクールカウンセラーも、みなさんとお話するのを楽しみにしています。今年度の赤羽岩淵中学校のカウンセラーは、昨年度から引き続き丸地知美と今村誠、今年度から着任した島袋史奈の3名です。よろしくお祈いします。



まるちともみ

丸地知美です。今年度も毎週金曜日に来ています。困っていること、悩んでいることなど、一人で抱えず、話に来てくださいね。

みなさんの学校生活を応援していきたいと思います。どうぞよろしくお祈いします。



いまむらまこと

今村誠です。今年度も赤岩中のみなさんとお話できることを、嬉しく思っています。みなさんがより楽しく心地よい学校生活が送れるようにお手伝いしたいと思っています。水曜日に来ているので、気軽にお話に来てくださいね。どんなお話でも待っています。



しまぶくろひみな

今年度から赤羽岩淵中学校に来ました。**島袋史奈**です。普段の生活で困っていることや悩んでいること、誰かに話したいことなどがあれば気軽にカウンセリング室に来てくださいね。みなさんの学校生活が楽しくなるようお手伝いができたらいいなと思います。



◆スクールカウンセラーと話がしたいときは・・・

曜日：カウンセラーがいるのは、水曜日（今村）と金曜日（丸地）、木曜日（島袋(月1日程度)）です。

時間：昼休み か 放課後 の時間に来てください。

場所：2階カウンセリングルーム

方法：話がしたいなと思ったら、直接カウンセラーに言うか、担任の先生に伝えてください。





保護者の皆様へ

今年度のスクールカウンセラーは、丸地知美、今村誠、島袋史奈です。よろしくお願いいたします。

スクールカウンセラーはお子様在学校生活を安心して過ごせるよう、保護者の皆様や先生方と一緒に考えていきます。保護者の方からのご相談も受け付けております。この時期は子どもたちばかりでなく、保護者の皆様でも入学や進級による不安などを抱えている方もいらっしゃるかと思います。お子様との関わりの中で心配なことや気になることなどありましたら、どんなことでも構いませんので、お気軽に相談にいらしてください。

保護者の方の相談のお申し込みにつきましては、下記の番号にご連絡ください。

スクールカウンセラーによる相談受付のご案内

●来校日

都スクールカウンセラー 丸地 知美 毎週金曜日

区スクールカウンセラー 今村 誠 毎週水曜日

区スクールカウンセラー 島袋 史奈 木曜日（月1日程度）

●時間

生徒の皆さん 昼休み・放課後

保護者の方 08:45~16:30

●場所

カウンセリング室（2階 赤岩ルーム3となり）

●相談予約方法

電話にてご連絡ください。

連絡先 赤羽岩淵中学校 代表電話 03-5249-4071

区カウンセラー 今村直通電話 090-8463-8572（水08:30~16:30）

※スクールカウンセラーには守秘義務があり、ご相談内容を許可なく外部に伝えることはありません。



1年生の保護者の皆様へ

スクールカウンセラーと子どもたちとのつながりを作り、カウンセラーに相談しやすい環境を整え、様々な問題の未然防止や早期対応を図るため、1年生を対象とした全員面接を行います。

5月から順番に実施していきます。よろしくお願いいたします。