

スクールカウンセラー便り

No.1

令和4年5月

北区立堀船中学校 スクールカウンセラー

都) 巨 亜紀子 (わたり あきこ)

区) 中間 崇文 (なかま たかふみ)



1年生の皆さん、はじめまして。堀船小学校、滝野川第五小学校を卒業した人達は覚えている人もいるかもしれませんね。2年生、3年生のみなさん、こんにちは！

スクールカウンセラーの^{なかま}中間^{たかふみ}崇文です。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、新学期がスタートして約1ヶ月半が過ぎました。ゴールデンウィークも終わり、学校行事や部活動も忙しくなり、学年、クラス、部活動の友達、そして先輩・後輩との関わりも増えてきましたね。気がつくとも、体も気持ちもいっぱいになって、疲れていませんか？焦らず自分のペースで、ゆっくりと調子を整えて、新しい環境に慣れていってくださいね。

今年度も相談室は中間と巨が担当します。寄せられる相談は実に様々です。具体的に紹介すると、学習のこと、友人のこと、クラスのこと、委員会や係活動のこと、部活動のこと、進路や受験のこと、家族のこと、自分自身のこと、などなど。一見すると悩みや不安、心配事などネガティブに思える話題が多いように感じられますが、自分が得意なものや好きなものを再発見するなどポジティブな雰囲気になることも少なくありません。もしも上記のことだったり、それ以外でも気になることがあったらお話に来てみませんか。話す中で様々な自分に気がつくお手伝いをしたいと思っています。

中間カウンセラー (火曜日)

5月・・10日、17日、24日、31日

巨カウンセラー (木曜日)

5月・・12日、19日、26日

カウンセラーに相談をしたい人は先生方にカウンセリングの申し込みをしてください。
カウンセラー室は火曜日と木曜日の9時から4時まで開いています。