



大麻中学校

No. 1

スクールカウンセラーだより

令和8年4月

大麻中学校のみなさん、こんにちは。

スクールカウンセラーのきしな喜枝直美です。今年度も、どうぞよろしくお願ひします。

新学期、新しいクラス、新たなクラスメイト・・・学校生活が始まりました。

学校生活が楽しみ・・・だけでも、緊張や不安、疲れなどが生じ、1日が終わるとぐったりする日もあるでしょう。ゆっくりできる日には、右のイラストのようなことをして、ゆったりと休養をとり、身体にも心にもエネルギーをためましょう。



スクールカウンセラーは、みなさんが悩んだり困ったりしていることや、自分の性格について知りたいことなどについて、お話をしたり心理テストをしたりして、一緒に考える人のことです。よかったら、来てくださいね。

<カウンセラーの来校予定> 毎週月曜日 10:30~17:30 *変更することがあります

*相談を希望する人は、担任の先生や保健室の先生に伝えて予約を取ってもらってください。

*相談の内容などの秘密は守ります。先生に話して協力してもらった方がいいと思われるときにも、そのことを話し合ってからにしますので、安心してまずは来てみてください。

保護者の皆様へ

お子様の気になる様子や行動、接し方、ご家族の心配、ご自身のことなど、どんな些細なことでも相談できます。とくに下の絵にあるような子供の不安やストレスのサインが長期間つづくようであれば、ご相談ください。さまざまな情報にあふれ、変化の中にあるお子様を見守り、よりよい方向へ向かえるよう一緒に考えていければと思います。どうぞお気軽にご利用ください。



けんか・怒りっぽい イライラ 元気がない 頭痛 腹痛 甘えたい 食べ過ぎる 眠れない など

★相談申し込み先★: 中学校(担当:088-689-0230 教頭先生または担任の先生)

文責:SC 喜枝直美