

カウンセラーだより

横浜市立 末吉中学校
令和2年 4・5月 第1号
学校カウンセラー 丹羽 智子

1年生のみなさん、ご入学 おめでとうございます！

2年生・3年生のみなさん、ご進級 おめでとうございます！



みなさん、こんにちは。学校カウンセラーの丹羽 智子（にわ さとこ）です。末吉中学校を担当して4年目になります。今年度も、末吉中学校のみなさんの学校生活に関わることができるのを、とても嬉しく思います。どうぞよろしく願いいたします。

学校カウンセラーは、生徒・保護者のみなさんのご相談をお受けします。“心配なことがある…誰かに話を聞いてほしい…”など、困っている・悩んでいる時には、ぜひカウンセラーとの相談をご利用ください。

一緒に考えながら、“気持ちが楽になった、気持ちが落ち着いた…”と感じられるように、問題解決に向けて、お手伝いができたらと思います。

◇◇◇申し込み・利用について◇◇◇

【相談のできる曜日・時間】 毎週 金曜日 9時～17時

※勤務していない日もあります。事前にご確認ください…

【場所】 3号館 1階 『第2相談室』（図書室の隣です）



【保護者の方・生徒の皆さんの利用について】

随時、相談の申し込みを受け付けています。予約をした人が優先です。相談の時間は、50分です。ご希望に合わせて、時間を調整することができます。生徒の皆さんの授業中の利用は、保護者の方や先生の許可が必要です。

秘密は守ります。ただし、命や犯罪にかかわる時は、必ずしも秘密を守れません。

末吉中ブロック（末吉中・駒岡小・上末吉小・末吉小・下末吉小）の5校を担当しています。また、鶴見区役所こども家庭支援課 ☎（045）510-1840でも相談できます。

裏面もお読みください！

相談室の利用方法やよくある質問について、Q&Aでご紹介します！



Q. “カウンセラー”ってどんな人なの？

A. カウンセラーは“こころの専門家”です。臨床心理士（りんしょうしんりし）・公認心理師（こうにんしんりし）という資格を持っています。心の構造について学んだり、話を聴くことについて特別なトレーニングを積んでいます。話をすることで、気持ちが整理されたり、楽になったりします。どのように問題を解決していくかを一緒に考え、心とからだ元気になるように、応援し、お手伝いをします。

Q. どんなことを相談したらいいの？

A. 相談内容は、学校のこと（人間関係・勉強・部活・友達・進路など）、家族のこと、自分のこと（性格・気持ち・体調など）など、気になっていること、誰かに聞いてもらいたいことです。相談内容は自由です。もちろん、話したくないことは、無理に話す必要はありません。

Q. 相談したことは、誰かに伝わるの？

A. 秘密は守ります。相談室は、守られた場所です。ただし、家族や先生と相談が必要な場合には、お話を共有することがあります。

何かわからないこと、気になることがある方は、どうぞお気軽に、カウンセラーまたは先生にお声かけください♪

【4月の勤務日】 4月10日(金) ・ 17日(金) ・ 24日(金)

【5月の勤務日】 5月8日(金) ・ 15日(金) ・ 22日(金) ・ 29日(金)

※勤務日が変更になることがあります

◇◇◇相談のご予約を希望される方へ◇◇◇

第2相談室の直通電話は ☎ (045) 581-1636 です（カウンセラー勤務日のみ）。また、次の予約票を、担任の先生やその他の先生にわたすこともできます

学校カウンセラーの相談の予約を希望します。

年 組 名前 _____

相談に来られる方の名前 _____ 本人との続柄（ ）

【希望日】 第1希望 _____ 月 日 午前・午後

第2希望 _____ 月 日 午前・午後

【電話番号】 _____



※学校カウンセラーまたは、先生が予約状況を確認し、折り返しご連絡いたします