

相談室だより

令和2年5月

浦安中学校 スクールカウンセラー 後藤 和代

スクールライフカウンセラー 千葉 早由利

1年生のみなさん、浦安中学校入学おめでとうございます。2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。

当たり前とみんなが思い描いていた「新年度」とは大きく違ったスタートになってしまいましたね。今回の事は、おとなにとってもみなさんにとってもさまざまな“ストレス”となってあらわれているのではないのでしょうか。

自由に外を歩ける（マスクを付けなくても）、行きたいお店が開いている、自由に友達と遊べる、目の前の人と大きな声で話をしたり笑いあえるなど、普段は考えたこともないことが人間にとってこんなに大切であり必要であり、感謝すべきことだったのだと感じている人は多いのではないかと思います。日常生活の中で何気なく無意識にやっていたことが、私たちにとって大きな「ストレス解消」になっていたのですね。

今私たちは電波での関わりではなく、日々の人と人との対面でのつながりやコミュニケーションの重要性、おもいやり、気づかい気配り、やさしさ、当たり前である様々なことの大切さなど、それがどういうものなのかを考えるチャンスを与えられたのかもしれない。

浦安中学校「相談室」のカウンセラー紹介と、5月休業中の利用方法をお知らせします。

◆ カウンセラー紹介 ◆

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。

火曜日担当カウンセラーの 後藤 和代です。

人は話をすることで、気持ちが落ち着き次に向かってがんばろうとする力を持っています。友達や先生に気持ちを話すとりラックス効果になります。相談室もみなさんの来室を待っています。

後藤 和代

1年生のみなさん、はじめまして。2、3年生のみなさん、今年度もよろしくおねがいします。

月・水・木・金曜日担当カウンセラーの 千葉 早由利です。

あなたが“こころの変化”を感じ困ったとき、相談室で待っていますね。（“こころの変化”を感じることは 人間にとって当たり前のことであり、特別なことではありません。どんなに小さなことでもOKですよ）

千葉 早由利

◆ 相談室利用方法 ◆ 5月休業中の予定ですが、状況により急ぎよ変更がある場合もあります。

今回のコロナ対策による休業により、本来の「相談室利用方法」とは異なりますが以下の方法で相談室での面談や電話相談ができます。

・電話での相談 : 相談室直通電話番号 **080-6629-6320**

(日時 土・日曜日以外の 9:30~17:00)

・相談室での面談(要予約) : 相談室直通電話 または 学校 351-2686

・緊急の場合は、まず学校に連絡をしてください。



★カウンセラーには「守秘義務」があります。許可なく相談内容を誰かに話すことはありません★