

相談室だより

練馬区立旭丘中学校相談室 令和元年5月号

新しい学年が始まって早1ヶ月が経ちました。クラスの仲間、先生、教室に慣れてきたころでしょうか？新入生の皆さんは、慣れないことばかりでしょうか？標準服、教科ごとに替わる先生、部活動。めまぐるしいですね。GWも終わり運動会の練習が始まりました。大きなかけ声が校庭から聞こえてきます。

さて、今年度も引き続き、スクールカウンセラー **伊藤善美**と相談員 **矢澤かおり**が相談室を運営していきます。どうぞよろしくお願いいたします。

相談室の利用の仕方

- | | |
|---------------|--|
| 相談室はいつ利用できる？ | 生徒の皆さんは、昼休みと放課後です。 |
| 友達と一緒にでもいいの？ | はい、一緒でも大丈夫です。しかし、人数が多いとお話する時間が短くなるかもしれません。2~3人くらいがいいでしょう。 |
| 相談した事は先生に言うの？ | 秘密は守られます。しかし、先生に話した方が解決するかもしれないとき、「先生に話してもいいかな？」とお聞きします。一緒に考えましょう。 |

保護者の皆様へ

新年度が始まって、お子様たちは慌ただしく過ごしていることと思います。習い事が増えたり、友達とクラスが離れたり、部活動では先輩という立場になるなど、一見ごく普通の出来事のように思われることでも子供の立場からすると先々のことを考えて不安になったり、心配したりしています。子供の世界は、大人が考えるより小さな世界で生きています。些細なこと、「誰も気にしてないよ」ということも、思春期の子供は、「周囲が自分を評価している」、「周囲の人が自分のことを見ている」と思っています。

そこで、保護者の皆様には、一日を終えて帰ってきた子どもが家ではできるだけリラックスし、心と身体を休めるような工夫をしていただければと思います。早めに寝室へ促す。一緒にゆったり食事をする。学校の話聞く。子供が話す「今日、教室でねえ〜・・・」「この前、部活でねえ〜・・・」など、子供がどんな学校生活を送っているかと興味をもって聞いてください。子供は、家庭で心と身体の栄養補給をして、また学校という大海へ漕ぎ出していくのです。

子供の成長は本当にあっという間です。この間まで可愛い声で「ママ」と言っていたかと思うと声が太く低くなって、「ああ、大人への準備期間に入ったんだ」と感じるでしょう。子供の小さな成長と一緒に楽しんでください。

1年生の保護者の皆様へ

平成27年度から始まりましたスクールカウンセラーによる全員面接（中学1年生対象）を、6月より実施いたします。この全員面接は、東京都教育委員会からの要請で、新しい環境の中に適応していく中で困難が生じたときに速やかに相談できる体制づくりという観点で始まりました。今年度も引き続き、1年生全員に対して個別面接を実施する予定です。1人あたり5~7分くらいを予定しております。事前アンケートも実施します。生徒理解と相談室活用の向上により、いじめなどの未然防止に向けて取り組む所存ですので、何卒ご理解のほどお願い申し上げます。何か不明な点がございましたら、相談室の直通電話（090-2534-0315）、または学校代表電話 03-3957-3133（職員室）にご連絡ください。

5月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|-----|----|----|-----|----|----|
| | 1 | ② | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ⑦ | ♡8 | 9 | 10 | ♡11 | 12 | 13 |
| ⑭ | ♡15 | 16 | 17 | ♡18 | 19 | 20 |
| ⑳ | ♡22 | 23 | 24 | ♡25 | 26 | 27 |
| 28 | ♡29 | ⑳ | 31 | | | |

○ 伊藤スクールカウンセラー ♡矢澤相談員

6月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|-----|----|----|-----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| ④ | ♡5 | 6 | 7 | ♡8 | 9 | 10 |
| ⑪ | ♡12 | 13 | 14 | ♡15 | 16 | 17 |
| ⑱ | ♡19 | 20 | 21 | ♡22 | 23 | 24 |
| ⑳ | ♡26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |

7月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|-----|----|----|-----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| ② | ♡3 | 4 | 5 | ♡6 | 7 | 8 |
| ⑨ | ♡10 | 11 | 12 | ♡13 | 14 | 15 |
| 16 | ♡17 | ⑱ | 19 | ♡20 | | |

★開室時間

生徒の皆さんは、
昼休み、放課後～16:30

保護者の皆様は、
原則として予約制です。

相談室直通電話

090-2534-0315

不在のときはメッセージを残してください。スクールカウンセラー勤務日に折り返しお電話いたします。

匿名での相談、生徒本人からの電話相談もお受けしております。どうぞお気軽にお電話ください。

問い合わせ先

練馬区立旭丘中学校

相談室 スクールカウンセラー

伊藤 善美

電話 090-2534-0315