

# 相談室だより

練馬区立中村中学校 教育相談室  
平成 30 年 5 月 10 日

## 新緑がまぶしいほどに美しい季節です

1年生の皆さん、中中には慣れてきましたか？2年生、3年生の皆さんも新学年になってフレッシュな気分で過ごしているのではないのでしょうか？春とは思えない暑さや寒さがある体調管理も難しいですが、自分の体調の変化に早めに気づくと対応ができそうですね。



### ♡♡こころ学ミニ知識♡♡

相談室だよりでは、この‘こころ学ミニ知識’というコーナーで心理学や相談に関することを書いていきたいと思っています。今回は中中の相談室の2人の相談員が自己紹介します。

心のふれあい相談員の山内恵美子(やまのうちえみこ)です。まるちゃんの髪型で、たまちゃんのめがねをかけています。謎解きが大好きですが、なかなか答えにたどりつけず、ついついヒントに頼ってしまいます。給食の時に「謎解き」を持って行くので挑戦してみてください。

スクールカウンセラー(SC)の矢倉陽子(やぐらようこ)です。お休みの日はぼーっとしているか、好きな本(宮部みゆきなど)を読んでいたタイプです。けれど、家にはキジトラのオス猫がいて、「遊べ！ごはんをくれ！ブラッシングしろ！」とばかりに要求してくるのであんまりゆっくりできないのです。それでも猫がかわいくて結局は猫バカな私です。



☺☺☺ 相談室(そうだんしつ)はこんな所です ☺☺☺

- どこにあるの? ⇒ 1階、東昇降口の前のお部屋です。
- いつ相談できるの? ⇒ 下に書いてある、相談日に相談できます。
- 何をするとところ? ⇒ 学校や家で困ったことが起きたときに、相談員にじっくり話を聞いてもらったり、どうすればいいか一緒に考えてもらえます。  
\*1年生はスクールカウンセラーとの全員面接を相談室で行っています。  
色々忙しいとは思いますが、グループごとに昼休みと放課後の予定された時間に集まってください。

////////☆★☆☆////////☆★☆☆////////☆★☆☆////////

### 5月の相談日

矢倉 SC : 10(木)、17(木)、24(木)、28(月)、31(木)  
山内心のふれあい相談員 : 11(金)、15(火)、16(水)、18(金)、  
22(火)、23(金)、25(金)、29(火)、30(水)

※変更になる場合があります

火・金曜日: 9:00~14:00  
水曜日: 9:00~12:30  
木曜日: 8:30~16:45

保護者の方の相談もお受けしております。ご相談は、事前の予約が必要です。学校にご連絡いただくか、専用携帯電話に直接お電話ください。来室いただくのが難しい場合は、電話でのご相談も受け付けております。相談日以外の日には代表TELまでお願いします。

相談室専用携帯 TEL 080-2024-8893  
中村中学校代表 TEL 03-3990-4436