

練馬区立 石神井西中学校

# 相談室だより

令和5年度4月発行 No.1



相談室 スクールカウンセラー 安達夏織 田中睦  
心のふれあい相談員 高山秀紀

新しい学年が始まって約1か月が経ちました。新しい学年・新しいクラスには慣れましたか？環境の変化に疲れが出てくる時期かもしれません。相談室は「話を聞いてほしい」「誰かと話してみたい」、そんなときにスクールカウンセラーや心のふれあい相談員と話ができる場所です。いつでも皆さんのことをお待ちしております。ぜひ相談室をのぞいてみてください。

## ●令和5年度のスクールカウンセラー・心のふれあい相談員

今年度の相談室は、以下のメンバーで担当させていただきます。

どうぞよろしくお願いいたします。

スクールカウンセラー：安達 夏織（あだち かおり） 水曜日担当  
田中 睦（たなか むつみ） 金曜日担当  
心のふれあい相談員：高山 秀紀（たかやま ひでのり）月・木曜日担当

### 今年度からの新しい心のふれあい相談員 高山 秀紀

今年度から心のふれあい相談員になりました、高山 秀紀といたします。昨年度までは、地域未来塾の講師をしていたので、顔を知っている人も何人かいることと思います。

相談事はもちろんですが、ちょっと気になることや疑問に思っていることがあったら話に来てください。

## ●相談室利用方法について

相談室は月・水・木・金曜日に開室しています。相談は基本的に予約制です。

### 生徒の予約の取り方

- ・スクールカウンセラーあるいは心のふれあい相談員に直接声をかける。
- ・担任の先生やその他の先生にお願いする。

### 保護者の予約の取り方

面談予約は、職員室代表電話（03-3920-1034）にご連絡ください。

面談は基本的に9:10～16:35です。当日のご予約も、予約状況に応じて承ります。

これ以降の時間帯についてはご予約の際にご相談ください。



●保護者の方の初回面談について 〈インテーク面接〉

相談内容に沿った適切な支援のため、お子さんの様子や困り事についての十分な聞き取りができればと考えています。そのため保護者の方から初めてご連絡をいただいた際は、まず心のふれあい相談員がお話を伺います。その際に、相談内容を含めた事務的な質問をさせていただく場合があります。お話を聞いた後に、担当者を決めさせていただきますので、ご了承ください。

●第二相談室の開放について

月曜日と木曜日の昼休みは、1階保健室の並びにある第二相談室を開放しています。感染拡大防止のために入室人数等の制限はありますが、気軽に来室してみてください。開放中は心のふれあい相談員が在室しています。

●1年生の全員面接について

1学期中に、1年生とスクールカウンセラーとの全員面接を予定しています。東京都では、生徒とスクールカウンセラーとのつながりを作ることを通して、相談しやすい環境をつくることを目指し、小学5年生、中学1年生、高校1年生との全員面接を行っています。石神井西中学校では少人数のグループごとに相談室で行います。

コラム ～自己理解を深めよう①～

今年度1年間は「自己理解」をテーマに、こちらのコラムで皆さんと一緒に考えていきたいと思います。

皆さんは自己理解という言葉聞いたことがあるでしょうか？自己理解とは、自分の性格や考え方、なりたい自分など、自分自身のことについて知ることです。自己理解ができていると、将来やりたいことや自分の理想の姿を想像する手助けとなり、その目標に向かってできることを行動に移しやすくなります。

中学生の皆さんは、思春期と呼ばれる時期にいます。思春期は、自分らしさとは何なのか、自分の生きがいは何なのかなど、自分を確立して生きていくために考える時期となります。「そうは言っても、自分はどんな性格なのか分からない」「将来やりたいことって何だろう」と思う人もいるかもしれません。今後のコラムで、どのように自己理解をしていくといいのか一緒に考えてみましょう。



(安達)