



相談室だよ

大 泉 第 二 中 学 校
令和7年 5月



<生徒の皆さんへ>

緑がまぶしく、風がさわやかな季節になりました。新学期が始まって一か月ほどたちましたが、新しい生活には慣れてきましたか？

大泉第二中学校の相談室は、昨年度に引き続き、火曜日と木曜日は心のふれあい相談員が、水曜日はスクールカウンセラーが担当します。

はじめに、相談室についてご紹介します。

相談室とは…

皆さんが悩んでいること、不安なこと、どうしたらよいかわからないことについて、スクールカウンセラーや相談員と一緒に考えるところです。自分ひとりで考えていると、何かと悪い方に考えてしまいがちですが、人に話してみると、安心したり、思いもよらなかった自分の気持ちや考えに気付くこともあります。また、話をしているうちに、解決する方法を思いついたり、前向きな気持ちがわいてくることもあります。

また、悩んではいないけれど、「誰かに聴いてほしい話がある」「なんだかイライラしている」「ゆっくりとした時間を過ごしたい」という時に、気軽に立ち寄れる場でもあります。昼休みはできるだけ自由来室できるようにしています。気軽に来てみてください。ゆっくり話したいときは予約をしてください。予約方法は裏面を見てください。

自己紹介



スクールカウンセラー 水曜日に来ています

今年度も大二中で皆さんと過ごせることをとてもうれしく思います。相談室が安心できてほっとできる、身近なところになればいいなと思っています。動物、旅をすること、スポーツを観ること、書道が好きです。よろしくお願いいたします。

心のふれあい相談員 火曜日・木曜日に来ています

今年度も皆さんと過ごすことができとても嬉しいです。もし、不安や心配なことがあって、気持ちを聞いてもらいたい時、誰かに相談したいなあと迷った時は、いつでも相談室を利用してください。

例えばこんなとき、相談室へ

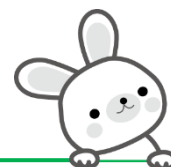
- 友人関係がうまくいかない
- 不安なこと、心配なことがある
- ストレスがたまっているような気がする
- イライラ、もやもやが続いている
- 勉強が苦手で、がんばっても結果が出ない
- 家族のことで悩んでいる
- 自分の趣味や好きなことの話をしたい
- 自分の性格のことで悩んでいる
- 眠れない
- 緊張を軽くしたい
- 学校がこわく感じる
- 部活動のことで悩んでいる
- 他の人には言いづらいことがある
- ゆっくり過ごしたい



<保護者の皆様へ>

相談室は、今年度も2人体制で運営してまいります。よろしくお願いいたします。

相談室では、保護者の皆様からの相談も受け付けています。お子様のことで気になることがありましたら、遠慮なくご連絡ください。



◆相談室の開室曜日 水曜日（SC） 火曜日・木曜日（心ふれ）

◆開室時間
水曜日 9：45～17：00
火曜日・木曜日 10：00～16：00

◆場所 1階、保健室と第二技術室の間にあります

◆予約方法

- ① 直接カウンセラーや相談員に、「予約したい」と伝える
- ② 話しやすい先生に「予約したい」と伝える
- ③ 保健室の養護教諭の先生に「予約したい」と伝える
- ④ **03-3922-0165**（職員室）へ電話して申し込む
- ⑤ 相談室前の予約カードに希望日時を書いて、ポストに入れる

※ 予約カードによる予約は、心のふれあい相談員（火曜日・木曜日）のみ可能です。

※ ポストに予約カードを入れただけでは、予約完了となりません。

相談員より、予約の日時確定のお知らせを受け取ってから、指定された時間に相談室に来てください