

令和 6 年 4 月 18 日

生徒のみなさんへ

スクールカウンセラー 豊田原規

カウンセリングルームより



高野台中学校のみなさん、こんにちは。

スクールカウンセラーの豊田 原規（とよだ げんき）と言います。



1 年生の皆さん、入学おめでとうございます。中学校での新しい生活はどうですか？小学校との違いにとまどうこともたくさんあると思いますが、少しずつ慣れていけるといいですね。

2、3 年生の皆さん、進級おめでとうございます。皆さんそれぞれが充実した一年を過ごせるように願っています。



4 月から新しい生活が始まりました。新しいことの始まりには、これからどんなことがあるんだろうという期待や楽しみな気持ちもあれば、どうなるかわからない、大丈夫だろうかという心配や不安もつきものです。

心配や不安から気持ちがしんどくなったり、やる気が出ない、あるいは体の調子が悪くなることもあります。どんなことでもかまわないので困っていることや悩んでいること、気持ちのしんどさなどがあれば、相談室に来てもらえたらと思います。みなさんの力になりたいと思っています。これからよろしくお願いします。



☆ スクールカウンセラーの名前は…豊田 原規（とよだ げんき）です。

☆ 相談室（カウンセリングルーム）の場所：

1階にあります！保健室の下です！

☆ 来ている曜日は、木曜日です！

☆ 4月・5月の来ている日：4月18日（木）・25日（木）

5月9日（木）・16日（木）・23日（木）・30日（木）

☆ 困っていることや悩んでいることを話を聴き、相談にのったり、どうしたらいいのかを一緒に考えていきます。

☆ 誰かに話をするとおもちゃもやした気持ちやしんどい気持ちが軽くなったり、スッキリしたり、話しているうちに、どうすればいいかがわかってくることもあります。悩みや困りごとの相談だけでなく、「何となく来てみた」、「どんな部屋か見に来た」、「誰かと話したいと思った」でもかまいません。気軽に来てもらえたら、と思っています。

相談をするには…

① 先生に「スクールカウンセラーに相談したい」と言って、申し込んで下さい。

前もって、予約してもらえると希望の日や時間に相談できます。

② 昼休みや放課後は相談室を開放しています。扉に“開いています”という札が

かかっている時は、相談中ではないのでノックして入って来て下さい。放課後

は16時45分まで開いています。

☆ 相談した内容は秘密です！！



保健室の前の掲示板
「カウンセリングルーム」

と書いてある箱があります



階段上がってすぐ左に
「カウンセリングルーム」
と書いてある箱があります



