# スクールカウンセラーだより

高石市取石中学校
第　1　号
SC　辻　麗子

## ごあいさつ



みなさん、こんにちは。
新学期始まりましたね。いかがですか。いろいろな気持ちを毎日感じていることと思います。そんなみなさんの「気持ち」や「こころ」について考えるスクールカウンセラーについて今回はご案内します。

## 中学で言われる「自立」に向けて

中学に入ると突然、「もう中学生なんだから」「自分のことは自分で」など言われたことはありませんか？これはどういうことなんでしょう？何かあっても人に言わずにひとりで解決することでしょうか？でも、「無理！」なことが起きたらどうすればいいのでしょうか？
スクールカウンセラーの立場からすると「自分ではどうにもならない」ことを自分で知り、それを人に相談できることは自立に向けたとても大事な要素だと思います。

### 自己紹介

取石中学校に着任してから4年目になります。取石小・加茂小にもたまに行っていました。見かけたら声かけてください！
好きな食べ物：パン、きゅうり
中学の時の部活：卓球部！

### 中学生のみなさまへ

取中ではずっと一貫してみなさんにお伝えしていることがあります。「相談に行くのはとても前向きなこと」ということです。



### 保護者のみなさまへ

保護者の方のご相談もお受けしています。
お子さまの学校生活や心の状態について、「これって相談していいのかな」と感じる段階からご利用いただけます。
内容に応じて、学校と連携しながら支援を行います。

## 開室予定日（1学期）

以下の日程で来校予定です。
【4月】15日（水）、22日（水）
【5月】13日（水）、20日（水）、27日（水）
【6月】10日（水）、17日（水）、24日（水）
【7月】8日（水）、15日（水）
時間：10:20～17:00（予定）1回30～40分
※学校行事等により変更になる場合があります。
※変更がある場合は、学校からお知らせします。



予約は、椙平先生か担任の先生にお伝えください。