

# さわやか相談室だより

川口市立元郷中学校

さわやか相談室

令和3年5月号

新しい環境（クラスメイト、先生、勉強、各活動など）には慣れましたか？

ワクワクドキドキしながら毎日頑張っている皆さんですが、環境の変化から知らず知らずのうちにストレスや疲れを感じてしまうことがあります。

ストレスや疲れがわからない人もいるかもしれません。

理由もなくモヤモヤしたり体の調子がなんか変？と感じた時には誰かに気持ちを伝えてみましょう。家族でも先生方や友達でもいいのです。

相談室もあなたの気持ちの整理とより良い自己解決が出来る為のお手伝いが出来ればと考えています。

上手に利用してスッキリした気持ちで学校生活を送ってくださいね！！

保護者の皆様へ

子供達は、家庭生活や学校生活を通じて、身体の成長と共に心も大きく成長していきます。

その成長過程の中で友達や家族、学習や身体の悩み等について、壁にぶつかる事もあるでしょう。

元郷中学校相談室では、元郷中学校、元郷小学校、東領家小学校、朝日東小学校の児童、生徒、保護者の方々の相談を受け付けております。

学校生活に慣れてきたこの時期ちょっと様子が気になる事などありましたらお気軽にご相談ください。

(相談者やその内容については、プライバシー保護に十分注意致しますので、ご安心下さい)

## 相談室スタッフ

私の願いは皆さんが

『じぶん、そして他者を信じる事が出来る人になってほしい』です。

悩むことや相談することは弱い事ではありません。

むしろ心の底力や生きる力が必要なのです。はじめから上手に相談出来る人はいません。気になる事がありましたらまずは声をかけて下さい。

そこから先は一緒に考えていきましょう。

スクールカウンセラー橋本

元郷中学校3年目になりました

相談員の嶽本です。

自分の事を伝えるのは思っている以上に大変な事ですよね

少しずつ形にしていきましょう。一緒に！！

サポート相談員のブレイクスリです。

学校生活をはじめ友達のこと家族のこと

自身の性格やモヤモヤした気持ちなど話しに

来て下さい。少しでも良い方向に向かえればと思います。

## 利用方法

生徒は直接相談室に来室

面接相談は予約が必要です 用紙に記入し相談員へ

電話相談 元郷中学校 さわやか相談室 直通電話 048-222-431

(内電話相談は15:00までとなります)

会議や家庭訪問などで電話に出られないことがあります

## 利用時間

休み時間、昼休み、放課後

直接相談室に来て下さい。予約があつたり相談中の場合は入室出来ない事もあります。

放課後は部活動を優先とし必要な時は顧問の先生の許可を取ってください。

授業中の利用は出来ません。

しかし緊急を要する場合は必要に応じて担任の先生や教科担当の先生と連絡を取りながら対応します。

休み時間は気持ちをリセットする場として利用し次の授業に向かいましょう。

人に迷惑を掛けるような行為

(騒ぐ、ふざける、多人数で来室する、授業や清掃に遅れる等があつた場合は利用出来ません)

メールの相談は↓こちらへ

[a.takada@city.kawaguchi.saitama.jp](mailto:a.takada@city.kawaguchi.saitama.jp)

元郷中学校ホームページは↓こちらです

URL:<https://motogo-j-kawaguchi-saitama.edumap.jp>

相談室からの連絡も載せますのでどうぞ見て下さい

電話だけでなくメールでもご相談頂けます

<スクールカウンセラー来校日>

5/11    5/25    6/8    6/22    7/6    7/20

9:45～15:50

