

スクールカウンセリングだより

平成30年4月16日

4月18日より、スクールカウンセラーの中村先生が来校します

今年度もスクールカウンセラーの中村友美先生が、本校に来て下さることになりました。スクールカウンセラーは、皆さんがより良い学校生活を送れるようサポートするために派遣されています。ぜひ、積極的に活用して下さいね。

カウンセラーの中村先生を紹介します。

名前：中村友美先生（学校臨床心理士）

星座：おうし座

出身中学校：甲府市立南西中学校

出身高校：甲府第一高校

好きなこと：旅行（国内外どこでも） 茶道（修行中） 山登り アロマ など

ペット：パグとチワワのミックス犬（モモ）

☆他の中学校や高校のスクールカウンセラーや、社会人のカウンセリング等もされています。

校内で見かけたら、気軽に声をかけて下さいね！

カウンセリングって何だろう？



「カウンセリングにかかる人」＝「すごく大きな問題を抱えている人」と思う人もいるかもしれませんが、そんなことはありません。カウンセリングとは、簡単に言えば「話す」ことです。「話すだけ？」と思う人もいるかもしれませんが、実は「話す」という行動には大きな力があるのです。

まず、話をすることで溜めておいたものが外に出され、気持ちがスッキリします。また、頭や心の中にある考えや思いが整理され、自分を見つめ直すきっかけにもなります。さらに、時には思いもよらない解決方法が見つかったりすることもあります。

カウンセラーは話を聴くことの専門家ですから、きっと皆さんが自分らしく充実した中学校生活を送るための力を与えてくれるでしょう。学校生活のこと、友達のこと、家族のこと、将来のこと・・・どんなことでも気軽に話してみてください。

カウンセラー来校予定日

※原則、毎週水曜日です。都合により、日程が変更になる場合があります。

・4月18日（水）	25日（水）		
・5月23日（水）	30日（水）		
・6月6日（水）	13日（水）	20日（水）	27日（水）
・7月4日（水）	11日（水）	18日（水）	
・8月29日（水）			
・9月5日（水）	12日（水）	19日（水）	
・10月3日（水）	10日（水）	17日（水）	24日（水）
・11月7日（水）	14日（水）	21日（水）	28日（水）
・12月5日（水）	12日（水）	19日（水）	
・1月9日（水）	16日（水）	23日（水）	30日（水）
・2月6日（水）	13日（水）	20日（水）	27日（水）
・3月5日（火）			

【時間】 原則、8時50分～17時30分の中で、おひとり50分間です。

【場所】 新館2階の相談室でおこないます。予約時間に直接相談室へお越し下さい。

【申し込み方法】 担任または養護教諭に連絡をしてください。

保護者の皆様へ

お子様のことで心配なこと、気がかりなことなどがございましたら、気軽にご相談ください。「いつもと様子が違う気がする」といった漠然としたことでも結構です。その際、相談に関することの秘密やプライバシーは守られますので、ご安心ください。

相談の際には、事前に担任にお伝えいただくか、担当者（養護教諭）にご連絡いただきますと予約をとることができます。よろしくお願いいたします。

双葉中学校
担当 養護教諭 内藤明日香
TEL 0551-28-2019