

## 心の相談室からのごあいさつ

日に日に暖かくなってまいりました。

保護者の皆様におかれましては、お子様のご入学・ご進級、おめでとうございます。

昨年度に引き続き、今年度も中宮中学校でスクールカウンセラーとして勤務いたします、臨床心理士の山本加奈子と申します。中宮中学校で4年目になります。

現在は、枚方市内の小学校のスクールカウンセラー、他市で未就学児の発達相談の仕事にも従事しております。これからも、カウンセリングを通じて、皆様のお役に立てるように、勤めて参りたいと思います。

春は、心晴れた気持ちでスタートする一方で、これまでの慣れ親しんだ環境から離れ、新しいことが始まったり、新しい方々と出会ったりと、変化を伴う季節でもあります。また、今回、3度目の新型コロナウイルス感染症に伴う「緊急事態宣言」が発令され、より一層、生活が制限されることが多くなり、そのために、お子様も、保護者の皆様も、知らず知らずのうちに、ストレスをため込んでしんどくなっていませんか。

新年度が始まって早1ヶ月が経とうとするこの時期、一度、カウンセリングであなたの想いを話し、心の荷物を下ろしてみませんか？どんなことでもお気軽にご相談にお越しいただけたらと思います。希望する人はスクールカウンセラー山本まで相談に来てください。

つきましては、カウンセリングの利用方法程について、お知らせします。どうぞ、ご活用くださいませ。尚、ご相談の内容につきましては、秘密が守られますのでご安心ください。

### ★1学期のスクールカウンセラーの来校日★

4月28日(水)

5月	5月12日(水)、5月19日(水)、5月26日(水)
6月	6月2日(水)、6月9日(水)、6月30日(水)
7月	7月7日(水)、7月14日(水)、7月20日(火)

### 【スクールカウンセリングの利用方法】

☆相談場所 中宮中学校 教室棟 1号館 1階(「心の相談室」のカウンセリングルーム)

☆予約方法 来校した際、または、学校代表電話(050-7102-9210)で、基本は、担任などに申し出てください。または、担任以外を通じて要望することも可能です。

☆相談時間 1回50分

☆相談日 基本、水曜日(祝日などの関係から他の曜日になることもあります)

☆相談時間 13:00~17:00(生徒の皆さんは、原則、放課後になります。また、13:00~13:20は生徒優先になります)

☆対象者 生徒、保護者 ※中宮中学校区の小学校(中宮、明倫、山田)の保護者・児童の方も利用できますので、ご利用ください。

☆新型コロナウイルス感染予防のために、消毒、換気の徹底、マスクの着用、距離を取るなどの対策をしております。

☆来校が不安という方には、電話での相談も受け付けています。

☆今後の予定は、毎月の学年通信などでお知らせします。

☆学校行事などの都合により、予定日時のご変更をお願いすることがございます。