

カウンセリング通信



2011.6.3 発行 (No.2)

仙台市立館中学校

スクールカウンセラー

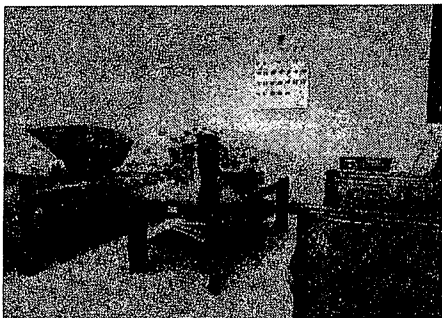
鈴木直子・加藤慎悟

あっという間に6月。長距離走、中総体、合唱コンクールなどイベントがいっぱいです。力が入るイベントが多いですね。常に力を入れていると、疲労や緊張が溜まってしまい、本来の力がでません。こういう時期こそ意識してリラックスを心がけましょう。前回ご紹介した深呼吸など心がけてみてくださいね。



☆カウンセリングルームの紹介☆

カウンセリングルームには、普段なかなか入る機会が少ないと思いますので、部屋の写真を公開します！相談がある方はもちろん、部屋の中をのぞいてみたいという方も大歓迎です。ぜひ気軽に来てみてください。



カウンセリングルームに来てくれた方とお話する場所です。座り心地の良いソファが置いてあり、落ち着いた雰囲気になっています。絨毯が敷いてあるので、靴を脱いでゆっくりお話することができます。

★今年もカウンセラーは2名体制です。男性のカウンセラーもいます。

加藤 慎悟 (かとうしんご) …金曜日担当

*好きなこと：スポーツ(野球・サッカー・陸上)・ゲーム

*今年の目標：毎日ランニングすること

*一言：今年から館中のスクールカウンセラーになりました。ゆったりしたいときや、のほほんとしたい時には、カウンセリングルームに遊びに来てください。

鈴木 直子 (すずきなおこ) …月曜日担当

*今好きなこと&もの：本(今のブームは“坂の上の雲”)、ドラマ仁-Jin、ちょっとだけ関ジャニ∞

*今年挑戦したいこと：囲碁と書道

*一言：カウンセリングルームというところ構えてしまいましたが、ここは気分転換、リラックスに使える時間と場所です。昼休みや放課後に気軽に使ってください。

6・7月カウンセリングルーム開室日(直通電話：379-7091)

★鈴木(月曜日)

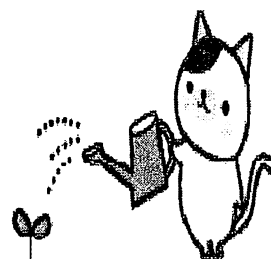
6月：6・20日

7月：4・11日

★加藤(金曜日)

6月：3・24日

7月：1日



*6月20日(月)と7月4日(月)は、日中、小学校に出かけています。

*裏に予約の申し込み用紙があります(用紙はカウンセリングルームの廊下にもあります)。

カウンセリング 予約カード

年 組 氏名

(★コードネーム: _____)

- ①希望日 : 月 日 (曜日)
- ②希望時間 : 第1希望 時 分
第2希望 時 分
- ③連絡方法 (どちらかに○をつけて下さい)
- 担任から 掲示板上
- ④メッセージ (あれば書いてください)
- _____

予約をしたい場合は、このカードに記入してカウンセリングルーム入口にあるポストに入れてください。カウンセラ
ー来校日に希望の方法で連絡します。掲示板で連絡する場
合には、コードネーム宛にします。他の人にわからない
コードネームを忘れずに記入してください。