



仙台市立富沢中学校

スクールカウンセラーだより

ご入学・ご進級おめでとうございます



2020年5月発行

Tel.022-245-4351（直通）

Tel.022-245-3751（職員室）

スクールカウンセラー

たかやま ちいん
高山智仁

富沢中学校のみなさん、はじめまして！今年度から、富沢中学校のスクールカウンセラーになりました高山智仁（たかやま ちいん）です。みなさんと一緒に過ごせる日々を楽しみにしています。どうぞ、よろしくお願いいたします。

新しい環境とこころ



新学期はたくさんの変化がある時期です。新しいクラス、新しい担任の先生など、新しい環境で「どんな学校生活になるんだろう？」とドキドキしたり、ワクワクしたり、時には不安になったりすることもあるでしょう。また、現在は新型コロナウイルスの影響による長期の休みが続き、いつもと違う生活を送らなければならなかったり、楽しみにしていた予定が延期や中止になることがあったと思います。新年度という節目の時期に加えて、いつもと違う状況が続いている現在は、『不安』や『怒り』、『悲しみ』など、様々な感情や思いが生じやすくなっています。

他にも、『だるい』、『疲れがとれない』、『眠れない』などの症状が身体に現れてくる可能性もあります。そんなときは、ぜひカウンセリングを利用していただければと思います。今までお話した内容の症状がないとしても、誰かに話を聞いてもらいたい時やリフレッシュしたい時、なんとなく気になったからという理由でも大丈夫です。

今回のおたよりに、カウンセリングルームやカウンセリングの予約方法などを紹介します。一度確認してみてください。

カウンセリングルームについて

- ・場所：2階 教育相談室となり
 - ・カウンセラー来校曜日：金曜日（変更になる場合があります）
 - ・開室時間：10：00～17：45
- ※5月は9：00～16：45に変更になります



利用方法

生徒のみなさん：①先生かカウンセラーに直接言って、予約をいれる。

②カウンセリングルームの前にある予約カードを記入し、予約ポストに入れる。

予約の状況はカウンセリングルーム前のホワイトボードに書き込みますので、各自忘れずに確認してください。

保護者のみなさま：カウンセリングルームでは保護者のみなさまのご相談もお受けしております。面接は基本的に予約制となっております。

① 先生を通して予約を入れる。（富沢中学校：022-245-3751）

② カウンセリングルームに電話をかけて申し込む。（直通：022-245-4351）

※直通の電話は、不在のときは留守番電話になっております。お手数ですが、お子さんのクラスとお名前、ご連絡先、ご予約を希望される日時をメッセージとして残して下さるようお願い致します。カウンセラーが出勤した際に折り返しお電話致します。

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

