

カウンセラーだよ

2024年4月
藤井寺市立藤井寺中学校
スクールカウンセラー
藪脇 あや子

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2年生、3年生のみなさん、ご進級おめでとうございます。スクールカウンセラーの藪脇あや子です。
新しい環境・新しい仲間との生活がスタートしました。この時期は期待と不安で胸いっぱい、でもやることいっぱい、頭はフル回転！緊張することも多くて、なにかと気疲れするものです。あせらず、じっくり取り組んでいきましょうね。



スクールカウンセラーって？

気持ちや考えを整理し、相談に来た人が自分と向き合いこれからを決めるお手伝いをします。おもに学校のことや友達、家族、進路や学習の悩みを聴いています。また、保護者の相談を聴いたりもします。悩みは一人で抱え込まず誰かに相談すると少し軽くなります。相談の内容について秘密は守られるので、安心して気軽に話しをしに来てください。

いつ学校に来るの？

木曜日に来ています。相談時間は午前10時～午後4時までです。

相談場所は、2階カウンセリングルームです。

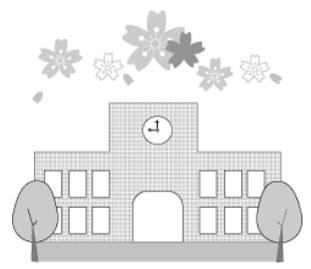
申し込みは、担任の先生やその他あなたが話しやすいなあと思う先生なら誰でもOKです。

保護者のみなさまへ

今年度も藤井寺中学校に来させていただくことになりました、スクールカウンセラーの藪脇あや子です。どうぞよろしくお願いいたします。

カウンセリングと聞いてどんな印象をもちますか？カウンセリングの対象になるのは、一部の特別な人だけだと思われる方も多いと思います。カウンセリングとは、言い換えれば「息抜きの時間」です。少しの気分転換で心が晴れることもありますし、新たな気づきを得るチャンスにつながるかもしれません。是非ご利用ください。

相談は予約制です。教頭先生、担任の先生、児童生徒支援コーディネーターの池田先生、保健室の杉山先生を通じてお申し込みください。



藤井寺中学校 ☎072-939-7100