

木崎中さわやか相談室だより

令和2年5月
さいたま市立木崎中学校 さわやか相談室

みなさんこんにちは。入学・進級早々新型コロナウイルスの影響で学校が休校になってしまい、不安だったり心が落ち着かず心身のバランスを崩してしまっている人もいるかもしれません。そんな時はお家の人や学校の先生に自分の気持ちを話してみましょ。さわやか相談室も、みなさんの不安な気持ちや悩みを聞いて解決へのお手伝いをするので困った時はぜひ利用してみてください。

保護者の方も、普段とは違う生活を送る中で親子関係が悪くなってしまったり、学校再開時にお子さんがうまく学校へ通えるかどうか心配な方もいらっしゃると思います。お子さんのことでお悩みの際は、ぜひご相談ください。

5月のさわやか相談室の開室日

5月のさわやか相談室の開室日は、**火・木・金曜日**となります。

時間は午前10時～午後4時半までです。

火・木・金曜日はさわやか相談員、金曜日はスクールカウンセラーがおります。

休校中ですが、生徒のみなさんは学校へ来ることがあったらぜひ寄ってみてください。保護者の方も、電話相談や来室相談を受け付けておりますのでお困りの際はぜひご利用ください。

相談室直通電話 ☎ 048-883-2024

※相談員不在時は留守電にお名前・ご用件・お電話番号を入れていただくとこちらから折り返しご連絡させていただきます。

相談室からのメッセージ

スクールカウンセラーの橋本元子です。私は、「自分そして他者を信じていることができる人に育ってほしい」と願いながらスクールカウンセラーを続けてきました。“自分のことをわかっている存在がどこかにいる”と自分自身が知っているだけで勇気がわいてくるものです。相談とは、気持ちが弱いからするものではありません。むしろ、自分自身でしっかりと悩み、考え、自身で解決する場なのです。ぜひ一緒に考えましょ。

さわやか相談員の金子仁美です。中学生という難しい時期、友達のこと、部活動のこと、勉強のこと、家族のこと、様々な悩みがでてくると思います。

今は新型コロナウイルス感染症のことで不安などもありますよね。もやもやした気持ちは、誰かに話すことで楽になる場合があります。

私自身、中学生の時は1人でたくさん悩みました。誰か話ができる大人がいてくれたら、1人で悩まずに早く楽になれたかもしれません。

つらい思いをする人が少しでも減るよう、お手伝いをしていきたいです。困った時は、相談室に来てみてくださいね。