



相談室だより

第1号

令和6年4月23日発行

宇都宮市立陽北中学校
教育相談部

「相談室だより」は、本校のホームページからご覧になれます。
携帯電話・スマートフォンから、QRコードを読み取ってご覧ください。



みなさん、こんにちは。陽北中学校相談室です。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年生の皆さん、ご進級おめでとうございます。相談室～せせらぎルームはみなさんの悩み（学校のこと、勉強のこと、友達のこと、部活のこと、家族のことなど…）や相談・愚痴^{ぐち}そして居場所として気軽に活用してもらえたらと思っています。休み時間のみんなの声が気になる、休み時間教室で過ごすのがつらい… そんな思いを抱えている人はいませんか？ 昼休みは誰でも利用できるように開放していますので、気軽に立ち寄ってください。

陽北中学校にはSC（スクールカウンセラー）と校内教育支援センター支援員がおります。仕事の内容と勤務形態が異なりますので、紹介させていただきます。

	勤 務	仕 事 内 容
SC スクールカウンセラー 林 ^{まさみち} 正道 先生 (公認心理師) (臨床心理士)	<u>原則 毎週金曜日 9時～17時30分</u> 地域学校園の小学校（東・錦・豊郷南小学校）での勤務日もありますので、陽北中にいない金曜日もあります。月別の予定でご確認ください。 面談は授業時間（3・4・5・6時間目）と放課後に行えます。	生徒の相談にも、保護者の相談にも応じてくれます。 専門的な立場から、お話を聞いていきます。
校内教育支援センター 支援員 山崎 ^{くみこ} 公美子 先生	<u>原則 毎週月～金曜日 9時40分～13時40分</u>	生徒の皆さんの心の相談員です。皆さんの学校生活が楽しくなるよう、お話を聞きます。一緒に話したり考えたりしましょう。

★SC・支援員自己紹介★

SC 林先生（今年度から）



この4月に星が丘中学校から異動して参りました。スクールカウンセラーの林と申します。「相談すること」は、皆さんが困っていることや悩んでいることについてお話ししながら、どうすれば問題が良い方向に進むのかを一緒に考えることとなります。決して恥ずかしいことでも、卑怯なことでもありません。とても勇気のある行動です。どうか一歩を踏み出して、一人で抱えずに信頼できる人に遠慮なく声をかけてみてください。一年間よろしくお願いいたします。

支援員 山崎先生（2年目）



誰にも言えない悩み、一人で抱えていませんか？ 悩みは話すことで不思議と軽くなるものです。話すことも勇気、逃げることも勇気。月～金の昼休み、いつでも「せせらぎルーム」で待っています！ 何気ないおしゃべりも大歓迎です。マンガと音楽が大好きなので、オススメもおしえてね！

<保護者の皆さまへ>

相談室では、保護者の皆さまからのご相談も受け付けております。お子様のことで気になることなどありましたら、お気軽にご利用ください。事前に予約をしていただくと、ゆっくりとお話ができます。

ＳＣの相談予約については、学級担任、ＳＣＭ（スクールカウンセリング・マネージャー）水沼先生、ＳＣ林先生にお申し込みください。

陽北中学校 621-8491

621-8492

カウンセリングルーム直通電話 621-8584

<生徒の皆さんへ>

ＳＣ林先生、支援員山崎先生に相談ごとがあり、面談を希望する場合には、次の方法で相談することができます。

- ① 担任の先生を通して申し込む
- ② ＳＣＭ水沼先生を通して申し込む
- ③ 相談ポストを利用して申し込む
- ④ 個人用ＰＣから申し込む（最初は山崎先生が対応します）
- ⑤ せせらぎルーム「OPEN TIME」の時間に直接林先生、山崎先生に申し込む



※ ゆっくりとお話をしたい場合には、面談の「予約」をとることをおすすめします。

※ せせらぎルームは、ＳＣ、支援員の先生がいる場合の「昼休み」に開設しています。勤務・面談等の都合で閉室（closed）している場合もあります。

せせらぎルームは南校舎１Ｆ東（事務室となり）にあります。

※ ＳＣ、支援員とのお話は、悩み事以外でも大丈夫です。「嬉しかったこと」「楽しかったこと」「悲しかったこと」「腹が立ったこと」など、誰かに話したいことであれば何でもＯＫです。

学習や部活動に関すること、自分の性格や進路について、友人関係やその他いろいろ…なんでも話してくれると嬉しいです。

※ 面談は、ＳＣ、支援員以外の希望する先生でも可能です。その場合は先生の名前を教えてください。



★ＳＣ・支援員勤務予定★（都合により、予定が変わる場合もあります）

4 月				
月	火	水	木	金
21☆	22☆	23☆	24☆	25★
28☆	29	30☆		

★ＳＣ勤務日、☆支援員勤務日



5 月				
月	火	水	木	金
			1☆	2☆
5	6	7☆	8☆	9☆
12☆	13☆	14☆	15☆	16★☆
19☆	20☆	21☆	22☆	23★☆
26☆	27☆	28☆	29☆	30★☆