



カウンセラーだより

2016年4月（第6号）
東京学館浦安中学・高等学校
スクールカウンセラー 村山彩香

1年生のみなさん、はじめまして。2年生と3年生のみなさん、こんにちは。昨年度から東京学館浦安中学校・高等学校のスクールカウンセラーになりました村山彩香です。

いよいよ新年度が始まりました。新しい学校や新しい学年、新しい友達など周りの環境が変わったことで不安を感じたり緊張している人もいるかもしれません。

今回のお便りでは、カウンセリング室とカウンセラーについて紹介したいと思います。

カウンセリング室ってどんなところ？


みなさんの学校生活が充実したものとなるようにお手伝いをする場所です。

自分のこと、家族や友達のこと、部活や勉強、将来のこと、イライラすること、不安なこと…など、悩んだり迷ったりした時に気持ちを分かち合い、一緒に考えていくところです。

「ちょっと一息つきたい」「気分転換したいなあ」「困った！」「心配かも？」「カウンセラーと話してみたい」と思った時には、気軽にカウンセリング室のドアをノックしてみてください。

カウンセリング室はいつ開いているの？

毎週 水曜日・金曜日	8:30 ~ 17:00
第1・3・5 土曜日	8:30 ~ 12:15



カウンセリング室はどこにあるの？

新館1階 保健室のとなりにあります。

カウンセラーってどんな人？

臨床心理士の村山彩香（むらやまさいか）です。カウンセリング室がどんなところで、スクールカウンセラーがどんな人なのか、遠慮なく足を運んでみてくださいね。色々なこととお話ししましょう。今年度もよろしくお願いします！



カウンセリング室を利用するには？

- （1）昼休みや放課後は、誰でも自由に入室できます。ドアに【在室中】のカードがかかっている時はカウンセラーが中にいるので、直接ノックしてください。【面接中】のカードがかかっている時はあとで来てください。
- （2）事前に面接の予約をとることもできません。担任の先生、保健室の先生、カウンセラーに声をかけてください。

4

4月・5月の相談日

月	火	水	木	金	土	日
				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 ○	

5

月	火	水	木	金	土	日
						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					