

# 相談室だよりの

こんにちは！スクールカウンセラーの**中島 蒼 (なかじま あおい)**です。桜の見ごろは少しずつ終わってききましたが、新緑が綺麗な季節となってきましたね。今回の相談室だよりは、相談室 (ふれあいルーム) の説明とカウンセラーの自己紹介をさせていただきます。分からないことやお話したいことがありましたら、気軽に相談室の予約や声をかけて下さいね！

## ？ 相談室 (ふれあいルーム) ってどんなところ？

相談室は、基本的には悩んでいることや心配していることについてカウンセラーとお話をするところです。「悩みや困っていることではないけれど、ちょっぴり話してみたいな」「もやもやしている気持ちの整理をつけたいな」という時でも大丈夫です。



## ？ どうやっていけばいいの??

相談室は、金曜日の10:30~17:30まで開設しています(その月によって勤務しない週もあるので、確認してください)。「カウンセラーと話してみたいな」と思った時には、担任の先生や保健室の先生を通じてカウンセラーと会う日時を予約し、事前に日にちと時間を決めていくとスムーズに面接できます。基本は予約制のため、まずは担任の先生や保健室の先生に話をしてみてくださいね！

### 中島 蒼 (なかじま あおい)

#### 《好き (得意) なこと・もの》

趣味：音楽を聴くこと、ギターを弾くこと (ずっと練習中です)、うさぎの写真や動画を見ること、飼っている金魚のお世話、カフェ巡り、散歩、漫画やアニメをみること、大河ドラマをみること

好きな食べ物：甘いもの、コーヒー、紅茶 好きな場所：景色がきれいなところ、山

#### 《苦手なこと・もの》

- ・とうもろこし、虫、突然びっくりすること

#### 《みなさんへ》

今年度から鮎川中学校でカウンセラーとして勤務することになりました中島蒼です。困ったことがあるとき、なんだかもやもやする気持ちを誰かに話したいとき、ぜひ気軽に相談室を予約してもらえると嬉しいです。話してみですっきりすることもあるかもしれませんが、どうしていけばいいのかを一緒に考えるお手伝いをすることはできるかなと思います。相談の秘密は守られます。相談室が皆さんにとって、安心して思ったことをお話できる空間、安心できる居場所の1つになるといいなあと思います。また、時々みなさんのクラスの良いところや素敵なお話を、授業の様子を見に行くこともあると思います。そのときもどうぞよろしくおねがいします！



#### 《保護者のみなさまへ》

保護者のみなさまの相談にも相談室は対応しております。お子様のことで心配なことや気になることがある場合には相談室も相談する場の1つとしてご検討ください。守秘義務により相談の秘密は守られます。

カウンセラーとお話できるのは、1日に最大50分までです(希望者の場合。日によっては希望の面接時間にこたえられないこともあります)。皆さんのお話を大切に聴いていきたいと思っておりますのでよろしくお願ひします！