

スクールカウンセラー通信

令和5年4月
登別市立幌別中学校
発行者 SC 尾野

～スクールカウンセリングのご案内～

スクールカウンセラー（SC）は、みなさんが「誰かに話を聞いてもらいたい・相談したい」と思ったときに、お話を聞いて、一緒に解決方法を考えたり、みなさんが生活しやすいようにお手伝いをします。

このようなことが相談できます(例)

- からだのこと(体調不良、眠れない、食欲がないなど)
- ところのこと(不安、恐怖心、イライラする、涙が出る、自分を傷つけたいと思うなど)
- 学校のこと(中学校での新生活、勉強のことなど)
- 家族や友達関係など
- SNSトラブルなど

困ったときに相談する(相談できる)ことは、学校生活だけでなく皆さんの人生においてとても大切なスキルです。ぜひ、みなさんの“相談相手”の中にスクールカウンセラーも入れてみてください。

保護者の皆様へ

保護者の方もご利用いただけます。相談に来られた方のプライバシー(秘密)を守ってお話を聴かせていただきます。お子さまのことで気になることがありましたら、どうぞご利用ください。

利用のしかた

【時間】 13:00～17:00

【場所】 相談室/カウンセリングルームなど

【予約方法】

保護者の方

担任や教頭先生へ「スクールカウンセラーと面談したい」とお電話や直接お伝えください

生徒のみなさん

「スクールカウンセラーと話がしたい」と、話しやすい先生やうちの人に伝えてください。

勤務スケジュール 5月～8月

※日時は変更になる場合があります。

5月 2日(火)/16日(火)

6月 6日(火)/27日(火)

7月 11日(火)/19日(水)

8月 22日(木)

☆スクールカウンセラー自己紹介☆

【名前】 尾野裕子(おのゆうこ)

【資格】 公認心理師・臨床心理士

【自己紹介メッセージ】

苫小牧市出身、登別市在住、夫と娘2人の4人暮らしです。マイブームはガーデニング、家庭菜園です。お役に立てるよう頑張りますのでどうぞよろしくお願いします。