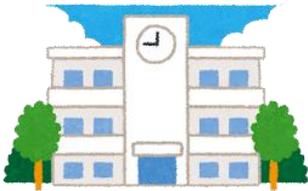


# スクールカウンセラー通信

## —No.1—

令和7年4月  
大妻嵐山中学校・高等学校  
SC 神尾・竹川・大澤



ご入学・ご進級おめでとうございます。

4月は新しい学校、クラスでの生活が始まり、喜びや期待を感じながらも不安や緊張もあり、心身共に疲れやすい時期でもあるかと思えます。

スクールカウンセラーは、皆さんが学校生活を送る上で生じる問題についてお話を聞きし、整理しながら解決に向けて皆さんと一緒に考えていきます。先生方と協力して、皆さんの学校生活が楽しくなるためのお手伝いをしていきますので、カウンセリングルームをどうぞご利用ください。

＊保護者の皆様へ＊

中学生・高校生は心身共に大きく変化し、子どもから大人への過渡期にあたる時期になります。保護者の皆さまにとっても、これまでと違ったお子様の様子に戸惑う場面があるかもしれません。

お子様のことで気になること、関わり方など、お気軽にカウンセリングルームをご利用ください。

### カウンセリングルーム利用案内

カウンセリングルームは保健室の隣にあり、3名のカウンセラーで活動しています。

時間は下記の通りです。＊勤務日が変更になる場合があります。

開室日：月曜日→神尾 SC ・ 火曜日隔週→大澤 SC ・ 水曜日→竹川 SC  
木曜日隔週→竹川 SC ・ 金曜日→大澤 SC

開室時間：原則 10:00～17:00

連絡先：0493-62-2281 ＊学校に連絡し、予約をお願いいたします。  
急な場合でも対応できる場合がありますので、ご相談ください。

### ★ スクールカウンセラーからご挨拶 ★

友達や勉強、家族のことなどで困っていることがありましたら、遠慮なくおいでください。皆さんの気持ちに寄り添いながら一緒に考えます。もちろん話の内容が他の人に漏れることはありませんからご安心ください。

— 神尾 通明 —

悩みを話すことには効果があります。気分が楽になる、すっきりする、目の前が明るくなる、心が温まるなどです。話すことによって脳の領域が活性化され、マイナス感情が除かれるそうです。本当かな？試しに来てみてください。

— 竹川 佳津子 —

生徒の皆さんの学校生活が充実した楽しいものになりますよう、お手伝いのできたらと思っております。小さなことでも一緒に考えさせていただきます。よろしく申し上げます。

— 大澤 洋子 —