

相談室だより No. 3

令和3年9月14日発行

文京区立本郷台中学校相談室



本郷台中学校のみなさんこんにちは。長かった夏休みが終わり、2学期が始まりました。新型コロナウイルス感染対策が引き続き必要とされる状況のなかで、新学期早々の体育発表会の練習と本番、お疲れさまでした！「休みモード」が一気に吹っ飛んだ人も多いのではないのでしょうか。

さて、1年生のみなさんには1学期の間、恒例のスクールカウンセラーとの面接にご協力いただき、ありがとうございました。みなさんが中学生になって、小学校のときとはがらりと変わった新生活にとまどうことがあったり、同級生や先輩からいろいろな刺激を受けて気持ちが揺れ動くことがあったりしながらも、生き生きと日々の活動に取り組んでいることが伝わってきました。相談室という非日常の場で、自分について話すことはどのような体験だったのでしょうか。みなさんの中には、話し始めると10分では足りない人や、話し終わった後に「すっきりした」と言った人もいました。自分の状態を言葉にすることの効果は思ったよりも大きく、気持ちが楽になるだけでなく、自分の気持ちに改めて気づいたり、整理したりすることができたりもします。これからも気軽に相談室を利用していただくと嬉しいです。

また、その相談室ですが、このたび場所が移動しましたのでお知らせします。これまでは本校舎5階にありましたが、2学期からは、多目的棟の図書室の向かいの部屋(旧生徒会室で新アドバンスルームのとなり)になりました。相談したいことがあるときはもちろん、気分転換したいときや、ほっとしたいなあと思うときなども、ぜひ新しい相談室にいらしてみてくださいね。

**相談室の場所が
変わりました！**

保護者の皆さまへ

相談室では、保護者の皆さまのご相談にも応じています。お子さまについてご心配なことがありましたら、どうぞご遠慮なくご相談ください。カウンセラーの在勤日には相談室直通でも予約が可能です。カウンセラー不在の日は、お手数ですが、学校代表までご連絡をお入れください。

スクールカウンセラー 中嶋(月・木)、増田(火)

相談室直通電話 03-3811-2661

本郷台中学校(代表) 03-3811-2571

