



相談室便い

一宮市立千秋中学校

2025 年 4 月号

入学、進級おめでとうございます。中学生の時期は、体と心の成長とともに、悩みや不安を感じやすくなるものです。悩みや不安は、一人で抱えこまないで、信頼できる友だちや家族、先生に話してみてください。相談室では、スクールカウンセラーと心の教室相談員が、みなさんや保護者の方の相談を受け付けています。みなさんの中学校生活が、充実したものになるよう、力になりたいと思います。

このような、悩みや不安を抱えていませんか？

友だち・人間関係

- ・ 友だちを作りたい
- ・ ケンカをした
- ・ 部活動の人間関係に心配がある

学校生活

- ・ 成績や進路のことで悩んでいる
- ・ 学校に行きたくない

いやがらせ・いじめ

- ・ 悪口を言われる、からかわれる
- ・ 暴力を受ける

心や体の悩み

- ・ 体の成長にとまどっている
- ・ 何だか気分が落ちこむ、イライラする
- ・ スマートフォン(ゲームや SNS)を止められない



家族のこと

- ・ 家族や兄弟姉妹とうまくいかない
- ・ 家に自分の居場所がない

相談室には、私たちがいます。

心の教室相談員です。

【月・火・木・金曜日】

新学期が始まりました。新しい環境に変わると、新たな出会いや、経験ができるという楽しみがある反面、うまくやっていけるのかなという不安もあります。

今年もみなさんがより良い学校生活を送れるよう、心の面でのサポートをできればと思っています。また、校内をめぐりながら、みなさんに会いに行きます。

よろしくお願いします。

スクールカウンセラー(臨床心理士)です。

りんしょうしんりし

【水曜日】

校区内の3小学校(千秋・千秋南・千秋東)にも、月1回ほど訪問しています。

空の天気がいつも晴れの日ばかりではないように、心も、晴れたり、くもったりするものです。「新しい中学校生活・新しいクラスに、うまくなじめないな…」と、心がくもりの日には、身近な人に話を聞いてもらいましょう。カウンセラーも、みなさんの心が少しでも明るく、元気になるよう、お話したいと思います。

新入生の方は、
一度、目を通し
てくださいね。

相談したいときは…

相談室はどこ？

北舎3階にある「教育相談室」です。

相談室

みちしるべ	パソコン 準備室	第2教育 相談室	教育 相談室	WC	
ろうか					

← 2年生教室へつづく

教育相談室

↑「南舎」



カウンセラーや相談員と相談したいときは



- ・ 毎月発行する「相談室便り」に私たちの来校の予定をのせます。
- ・ 私たちが、放課の時間、学校内を回っているときには、廊下でお話することもできます。
- ・ 予約をすると、相談室でゆっくりお話しできます。

時間

昼放課 と 帰りの会后 です。

約束

帰りの会后、相談に来るときは、担任の先生や部活動の先生に伝えてください。

予約方法

- ① 担任の先生や教育相談担当の先生に伝える。
- ② スクールカウンセラーや心の教室相談員に直接言う。
- ③ 「こころのメール」から申し込む。
- ④ 千秋中 web サイト「いちみん相談室」から申し込む。
(くわしくは「相談室だより」5月号で案内します。)

4月来校予定

月	火	水	木	金
7	8	9 入学式・始業式	10	11 相談員・県SC
14 相談員・県SC	15 相談員	16	17 相談員	18 相談員
21 相談員 9:00~12:00	22 相談員 10:00~14:00	23 市SC	24 相談員 10:00~14:00	25 相談員 10:00~14:00
28 相談員	29	30 県SC		

来校日(基本)： 相談員(相談員) 月・火・木・金曜日 10:15~14:00
県SC(カウンセラー) 水曜日 10:00~16:45
市SC(カウンセラー) 水曜日 9:30~12:30

※来校日については、変更の場合があります。

保護者のみなさまへ

お子さまのご入学、ご進級おめでとうございます。お子さまの成長には、喜びだけでなく、時には、悩みや不安を感じたり、関わり方に戸惑ったりすることもあるかと思います。

お子さまのご様子で、新しい環境に戸惑う、登校を渋る、人間関係や学習面でうまくいかないなど、気になること、心配なことがありましたら、スクールカウンセラーまでご相談ください。相談を希望される方は、担任か教頭にご連絡ください。

千秋中学校 電話 0586-28-8763