



相談室便り

一宮市立千秋中学校
2026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、信頼できる家族、先生、友だち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。みなさんの不安が軽くなり、笑顔になれるよう、お手伝いします。

このような、悩みや不安を抱えていませんか？



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

友だち・人間関係

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

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

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
- ・ 友だちがいじめられている

心や体の悩み

- ・ 体の成長や変化にとまどっている
- ・ 気分が落ちこむ、イライラする
- ・ ゲームやSNSを止められない



相談室には、私たちがいます。

心の教室相談員

【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、新たな出会いがあ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、校内をめぐるながら、みなさんに会いに行きます。学校生活で困っていることや悩み、あるいは本当にささいなことまで、何でも聞かせてくださいね。

スクールカウンセラー

【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、保護者の方の相談も受けています。

中学生のみなさんにとって、「相談」は特別なことだと思います。自分の気持ちや不安を話すのは、簡単なことではありません。でも、上手に話せなくても大丈夫。みなさんの気持ちを、自分なりの言葉で聞かせてください。一緒に、どうしたらよいか考えていきましょう。

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…

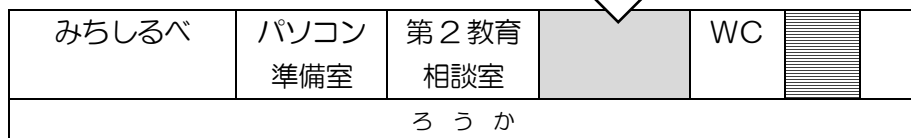


相談室はどこ？

北舎3階にある「教育相談室」です。

教育相談室

↑「南舎」



← 2年生教室へつづく



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 帰りの会後 です。

約束

帰りの会後、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ね。

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「いちみんな相談室」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 |
|-------------------|-------------------|-----------|-------------------|--------------------|
| 6 | 7 | 8 | 9 入学式・始業式 | 10 相談員 11:00~13:30 |
| 13 相談員 | 14 相談員・カウンセラー | 15 | 16 相談員 | 17 相談員 |
| 20 相談員 | 21 相談員 | 22 カウンセラー | 23 相談員 | 24 相談員 |
| 27 相談員 9:00~12:00 | 28 相談員 9:00~14:00 | 29 | 30 相談員 9:00~14:00 | |

来校日(基本)： 野田敦子(相談員) 月・火・木・金曜日 10:15~14:00
 服部麻美子(カウンセラー) 水曜日 10:00~16:45
 坂勇輝(カウンセラー) 水曜日 日時未定
 ※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えます。

お子さまのご様子で、いつもと違う、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