



スクールカウンセラーだより

2009.10 No.5 発行者：カウンセラー 鎌田 綾子



★10月、11月の来室日： 10/7 (水) , 14 (水) , 21 (水) , 28 (水)
11/11 (水) , 18 (水) , 25 (水)

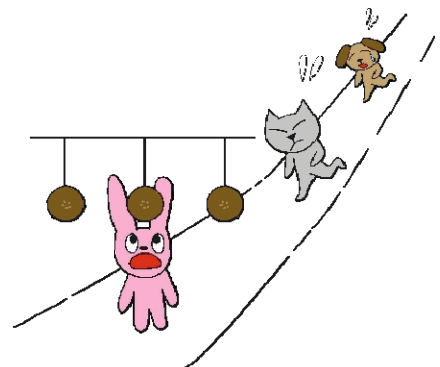
感動しました！体育祭！！

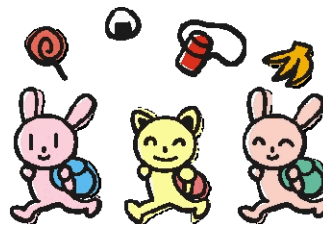
皆さん、こんにちは。スクールカウンセラーの鎌田です。体育祭、お疲れ様でした！！私は3年ぶりに富士見の体育祭を見に行きました。午後の応援演技からみさせていただき、とっても感動しました～！皆さんがこの日のために一生懸命練習していたことを知っていたので、発表が進むにつれて、感極まってきて涙が溢れてきました。皆さんが身体全身を使って表現している姿、助け合いながら一つのことを成し遂げようとしている姿はステキでしたよ♪

演技をしていた皆さんはどんなことを思いながら、感じながら、校庭で演技をしていましたか？そして、終わった後、どんな気持ちになりましたか？いろんな気持ちが沸き上がってきたかと思います。「終わったー」、「できたー」、「ほっとしたー」、「やったぞー」という“嬉しい”“明るい”気持ちがたくさんでできた人もいれば、「失敗しちゃったなー」、「私ってだめだなー」、「嫌だったなあ」など、“つらい”“苦しい”気持ちになった人も中にはいるかと思います。いろんな気持ちがあっいいのです。いい気持ちも嫌いな気持ちもあって当然。どちらも大切だと私は思いますよ。

富士見の体育祭のステキなところは、もちろん体育祭当日もそうですが、当日までの日々、クラスが、学年が、学校がまとまるというか、一心同体（意味がわからない人は辞書で調べてみてくださいね）になるなあと。こういう経験はきっと皆さんのところの中にずっしりと残ることと思います。見学していた私ですら、とっても感激して印象強く残っているのですから・・・。

さて、体育祭が終わると、次は文化祭、合唱コンクールですね。忙しいですけど、楽しみながら頑張ってもらいたいと願っています。





相談申込み専用ポストあります!!

1階のカウンセリング室前に相談申込み専用のポストがあります。このページの下に申込みカードを付けますので切り取って使ってください。カウンセリング室前の掲示板にも備え付けてあります。カウンセリング室は皆さんのためにあるお部屋です。友達のこと、部活のこと、その他気になること、面白くないこと、悩んでいることなどありませんか？そんな時にはカウンセリング室を利用してみてください。

*カウンセリング室に行きたいけど、どうすればいいの？



- | | |
|----------------------|--------------------------------|
| 1. スクールカウンセラーに直接予約する | 2. 相談申込み専用ポストに記入して予約する |
| 3. 先生を通して予約する | 4. 相談室専用電話 (Tel251-5389) で予約する |

電話は留守番機能付きです。この電話で相談することもできます。スクールカウンセラー以外の人が録音されたメッセージを聞くとはありません。また、ポストもスクールカウンセラー以外の人はあけません。安心して利用して下さい。

保護者の皆様へ

スクールカウンセラーの鎌田です。スクールカウンセラーは、生徒の皆さんの相談の他に、保護者の皆様の相談も受付ていますので、お気軽にご利用ください。相談ご希望の方は、担任の先生にお伝えいただくか、事前に富士見中学校 (251-5389もしくは251-5390) までご連絡いただければと思います。



♪最後に一言♪

『ちょっとおさぼりしてしまいました。3ヶ月ぶりの発行です。ごめんなさい……。最近、寒くなってきたので、風邪ひかないようにね!』

カウンセリング予約カード

年 組 名前

《希望日時》 休み時間、昼休み、放課後のいずれかに○をつけてください

第1希望 月 日
休み時間 (時間目後) 昼休み 放課後 (時 分)

第2希望 月 日
休み時間 (時間目後) 昼休み 放課後 (時 分)

《相談時間の連絡方法》 希望方法に○をつけてください

1. スクールカウンセラーが直接教室に行って本人に伝える
2. 希望時間前にカウンセラーに直接確認に来る
3. その他の方法 ()

切り取ってポストに入れてください