



保護者のみなさまへ

スクールカウンセラーの利用について



スクールカウンセラー
野口菜実

スクールカウンセラーは、生徒だけでなく、保護者のみなさまからのご相談を受け付けております。
お困りのことがありましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください。

☆スクールカウンセラーへの相談方法

- ・スクールカウンセラーは原則、毎週木曜日 9時～17時半 に来校しています。
- ・来室相談と電話相談が可能です。
- ・担任の先生や保健室の先生に伝えて、予約をお取りください。

スクールカウンセラーの勤務日に、スクールカウンセラーに直接お電話していただくことも可能です。

☆相談内容について

- ・「子どもへの接し方について聞きたい」、「子どもの元気がない」、「どこに相談したらよいか分からないので、適切な相談先を教えてください」など。「こんなささいなことを相談してもいいのかな？」と思われるかもしれませんが、どのような内容でも、まずはご連絡をいただければと思います。
- ・相談するか迷った時は、次ページのチェックリストを参考にしてください。

今後のスクールカウンセラー勤務予定日

11月：21（木）、28（木）

12月：12（木）、19（木）、24日（火）

1月：9（木）、16（木）、23（木）、30（木）





こんな時は相談しよう！チェックリスト



スクールカウンセラー

野口菜実



「スクールカウンセラーに相談したほうがいいのかな？」
「子どもの様子が何か違う…？ 気のせいかな？」

…と思った時は、下のチェックリストを見てみましょう。

★学校生活

- ☐遅刻や欠席が増えた
- ☐成績が急に下がった
- ☐忘れ物、提出物の出し忘れが多い

★生活習慣

- ☐夜遅くまで起きている、朝起きるのが辛そう
- ☐食欲がない、食べ過ぎる、好きなものしか食べないなどの変化があった
- ☐誰かと一緒にいるのか、夜遅くまで帰宅しない
- ☐急に身なりに無頓着になった

★気分

- ☐無気力でぼうっとしている、やる気が出ない
- ☐明るいとときと暗いときで、気分の変化が激しい
- ☐泣いたり、落ち込んだりしている

★性格

- ☐うれしいことは話すが、嫌だったことや不安なことは、人にあまり話さない
- ☐人付き合いに緊張してしまう、うまく話せない
- ☐友人関係でトラブルがあった
- ☐過度に人目を気にする

1つでも当てはまるものがあったら、
スクールカウンセラーや担任の先生に相談してみましょう！