



さわやか相談室だより



令和8年 1月

川口市立幸並中学校 さわやか相談室

3学期がスタートし、いよいよ学年の総仕上げをする時期になってきました。1, 2年生の皆さんは進級に向けて、3年生の皆さんは進路実現に向けて悩みがある時期かもしれませんね。忙しい毎日の中で、自分の目標通りにならないことが出てくるなど、ストレスを多く感じることもあるのではないのでしょうか。

そんな中、“ちょっと疲れた” “困った” “心配なこと” はありませんか？

「さわやか相談室」は、誰でも相談できる場所です。人に話すだけで、気持ちが楽になることもあります。ぜひ、気軽にお話をしに来てください。私達は、自分を見つめるお手伝いをしたいと考えています。

∞∞∞ さわやか相談室 利用案内 ∞∞∞

＊ 場 所 : 管理棟3階 (階段上正面の部屋)

＊ 開 室 日 時 : 月曜日 ~ 金曜日 ・ 午前9時30分 ~ 午後2時30分

※ 学校行事等で変更になる場合があります

◇◇◇ 生徒の皆さんは、休み時間・昼休みに直接来室してください ◇◇◇

〈 休み時間以外で緊急の相談の場合は、先生の許可を得てから来室してください〉

＊ 利用対象者 : 学区内の小・中学校の児童生徒とその保護者

＊ 利 用 方 法 : ❖ 来室相談 (できるだけ予約をお願いします)

❖ 電話相談 (直通電話をご利用ください)

❖ スクールカウンセラー面談 ➡ 隔週木曜日来校 (以下日程)

※ 面談ご希望の方は、電話等で事前予約をお願いします。

※ 3学期の来校予定日 【 1月 】 15日・29日 【 2月 】 12日・26日

【 3月 】 12日

＊ 保護者の皆様へ ＊

お子様のことで心配なことがございましたら、どんなことでもご相談ください。

電話で事前にご予約のうえご来室ください。電話での相談もお受けいたします。

☎相談室直通電話➡ 048-251-5968

☆☆☆ 本校スクールカウンセラーよりおすすめの書籍のご案内です ☆☆☆

10代のお子様の保護者の方皆さんに読んでいただきたい本です



「10代の子わかれやすい こころの包みかた」

著者: ことほ

出版: KADOKAWA

精神科認定看護師の著者が、10代の子どもたちとその保護者のためにやさしく語りかけ、子どもたちとの向き合い方に加え、子どもたちを取り巻く背景や事例を取り上げ、気持ちのもちょうや子どもへの寄り添い方、解決策を探ります。