

# 相談室便り No.2

2025年1月10日  
町田第三中学校相談室  
スクールカウンセラー

こんにちは！  
みなさん元気になっていますか？  
冬休みはどんなふうに過ごしましたが？  
新しい1年が始まり、  
気持ちよく3学期を迎えられているといいなと思っています。

3学期はまとめの時期です。次の学年に向けて、3年生は卒業後に向けて、  
自分自身のことを振り返ってみたい人はいませんか？  
相談室は悩みごとだけを話す場ではありません。  
自分自身のことを考えるお手伝いすることもできます。  
だれかに相談したいけれど、だれに相談したらいいかわからないときにも  
声をかけてください。一番ぴったりの相談相手と一緒に探します。  
だれかとちょっと話したいな—という気持ちになったら、  
ぜひ相談室をのぞいてみてください！

## ✦ 相談室の使い方 ✦

- \* 昼休みは自由来室の時間です。相談の予約が入っていなければ、誰でも自由に来ることができます。いつもと違う場所で、いつもと違う過ごし方をしてみてくださいね。
- \* 相談は予約してもらえると確実です。「カウンセラーの予約をしてください」と先生にお願いしてもいいですし、カウンセラーのいる日に相談室に来て、直接予約を取ることもできます。当日でも空いていれば相談できるので、声をかけてくださいね。

## ✦ 保護者の方へ ✦

相談室では保護者の方からの相談もお受けしています。予約していただくと、ゆっくり時間を取ってお話をうかがえます。予約は事前に学校へお電話ください。当日のご連絡でもかまいません。お子さんのことで何か気掛かりなことがありましたら、どうぞ相談室をご利用ください。

### 相談室開室日

今年度は木曜日と金曜日にスクール  
カウンセラーが来ています。