

教育相談だより（スクールカウンセリング）

倉敷市立大高小学校 令和7年度 1学期号 令和7年4月10日

みなさん、こんにちは。スクールカウンセラーの佐滝 遥（さたき はるか）です。

臨床心理士と公認心理師という資格を持っています。

毎週金曜日の午後にお邪魔する予定です。1年間どうぞよろしくお願いします。

さて、スクールカウンセラーとはどういう人なのか、具体的にはよく分からないという人もいます。スクールカウンセラーとは、皆さんが悩んでいることや、うまく人に話せなくて困っていること、モヤモヤしていることなどに対して、じっくり話を聞いて、気持ちを受け止めたり、気持ちの整理のお手伝いをしたりする心の専門家です。

「ちょっとしたことだけど話していいのかな…」「変に思われるかも…」

と、なかなか相談しにくいこともあるかもしれません。でも、私は専門家ですから、どんな悩みでも真剣にお聞きします。上手く話せなくても大丈夫。画材などを用意していますので、のんびり絵でも描きながら構いません。いつでも皆さんの味方です。

疲れたら、ほっと一息つきにきてください。

こんな悩みはありませんか？

○みなさんへ

- ・学校に行くのがつらい
 - ・いじめられている
 - ・体が毎日だるい
 - ・夜眠れない 朝起きられない
 - ・疲れが取れない
 - ・勉強に集中できない
 - ・授業についていけない
 - ・友達、先生、保護者
- とうまういかない

○保護者の方へ

- ・遅刻や欠席が増えた
 - ・不登校の不安
 - ・体調不良の心配
 - ・成績が気になる
 - ・発達が気になる
 - ・進路や将来の心配
 - ・子どもとどう関われば
- よいのかわからない

➡当てはまることがあったら、担任の先生や保健室の先生、保護者の方に伝えてね。直接スクールカウンセラーに言ってもいいよ。

➡少しでも当てはまることがあれば、お気軽にご利用ください。ご予約方法は次のページに記載しています。

じ こ しょうかい さ た き はるか
自己紹介 佐 滝 遥



わたし み え け ん し ゅ っ し ん な ご や ね ん か ん す
私は三重県出身で、名古屋で8年間過ごしたあと、2年前に岡山にやってきました。

し ゅ み り ょ う り え い が り ょ こ う こ う さ く お ん が く よ う が く
趣味は、ゲーム(ポケモン)、料理、映画、旅行、工作、音楽(洋楽、K-POP)

お わ ら い し ゅ く ぶ つ
お笑い、アニメ、植物を育てること、などなど。結構趣味が幅広いので、相談事ではなくても皆さんと
き が る は な し お も
気軽に話ができるといいなあとと思っています。たまに、ぐるぐる学校内を歩き回っていると思うので、
は な
話しかけてくれたらうれしいです。

みな す
皆さんはどんなYoutuberやアニメ、ゲーム、アイドルが好きですか。ぜひ皆さんの好きなもの
お お し
や推しのこと、教えてください。そういう話をするだけでも、気持ちが軽くなることがあると思いま
すので、え ん り ょ こ え
すので、遠慮なく声をかけてください。

スクールカウンセラーに相談希望の方は、担任の先生などを通じて下記用紙にてご予約を
お願いいたします。予約は電話でも受け付けています。

【大高小学校 ☎ (086) 422-0536】

スクールカウンセラー来校日(1学期) すべて金曜日 13:00~17:00

4/11 4/18

5/2 5/9 5/16 5/30

6/13 6/20 6/27

7/4

【日程】

①13:15~14:00

②14:10~14:55

③15:05~15:50

④16:00~16:45

----- キ リ ト リ -----

○ご希望の日時をご記入ください

第1希望 月 日(金) : ~

第2希望 月 日(金) : ~

○事前に伝えておきたいことなど(任意)

年 組 児童氏名:

来談される方: 本人・父・母・その他()