



カウンセリングルーム便り 第1号

上水中学校
令和3年4月13日

入学、進級と新しい学校生活が始まりました！みなさんはよいスタートがきれたでしょうか。緊張することも多いので、意識的にリラックスする機会をつくったり、不安があれば、周りに相談したりしていきましょうね（^U^）♪

スクールカウンセラーは今年度新しく着任しました。スクールソーシャルワーカーは、前年度から変わらず同じ職員です。

この第1号のお便りでは、改めて役割を紹介します！



スクールカウンセラー（SC）って？



今年度から上水中にきました。これまでは、清瀬市や練馬区の小学校や中学校でスクールカウンセラーをしていました。生徒の皆さん、保護者の皆さんとお話できるのを楽しみにしています。どうぞよろしくお願い致します。



【スクールカウンセラー（SC）とは】

生徒の皆さん、保護者の皆さん、また、先生方が困っていることや悩んでいることがあれば、お話を聴かせていただきたいと思います。そして、その悩みを解決するために、一緒に考えたり、悩んだりする人です。そのプロセスで、「こうしたらいいかも」とアドバイスをさせていただくこともあるかもしれません。一人で考えるよりも、一緒に考えた方が頭の中が整理されたり、複数の解決策が思いついたりしますよね。一度、「スクールカウンセラーという人がどういう人か会ってみよう」という感じで、予約を入れて会いに来ていただけたらうれしいです。



スクールソーシャルワーカー（SSW）って？



上水中は今年度4年目になります！昨年度は、よく職員室や図書室にいました。たまに授業ものぞいています。小説やアニメ、運動、旅、写真などが好きなので、気軽に話しかけてもらえたら嬉しいです。

必要があれば、みなさんのお家に行ってお話することもあるかもしれません。

【スクールソーシャルワーカー（SSW）とは】

SSWは、ストレスのある環境を改善し、みなさんが安心して過ごせるように活動しています。学校のこと、家族のこと、生活についてなど、一人で抱え込まずに、気軽に相談してください。制度・サービス、居場所、相談機関、経済支援、病院などの、情報提供もしています。

一緒に考える

代わりに伝える
一緒に伝える

情報を伝える

自分で決める
サポート

家庭訪問

一緒に行く
一緒にする



スクールカウンセラー（SC）と スクールソーシャルワーカー（SSW）への相談方法



スクールカウンセラー（SC）に会うには



主に月曜日は、相談ができます。

（たまに火曜日になることもあります。）

【生徒の相談方法】

- ・ 昼休みや放課後、カウンセリングルームに来室して相談できます。場所は、北校舎3階。上水学級の横を通って奥の部屋です。
- ・ 相談中のときは、すぐに会えないことがあります。その場合、改めて相談できる日時を伝えますので、ドアをロックをしてください。
- ・ 事前に予約を取ることもできます。担任の先生や養護の先生、カウンセラーに声をかけてください。

【保護者の相談方法】

- ・ 担任か副校長にご連絡ください。もしくは電話で予約してください。
- ・ なお、生徒の相談時間を確保するために、保護者の相談時間は基本的に11時～15時頃の授業時間中をお願いしております。



【電話での予約】

①学校代表電話
（呼び出してください）
042-323-8611

②カウンセリングルーム
直通（留守番機能付き）
042-323-1893



スクールソーシャルワーカー（SSW）に会うには

月曜日と木曜日に、主に職員室にいます。

（授業見学をしたり、昼休みは図書室にいることもあります）

【生徒の相談方法】

- ① 担任の先生や、養護の先生、副校長先生に紹介してもらう
- ② 保護者の方から紹介してもらう
- ③ SSWに直接声をかける

【保護者の相談方法】

- ① 生徒と同様の方法
- ② 学校に電話

一度繋がった方には、希望によってSSWの学校用メールアドレスもお伝えしています。お仕事でお忙しい場合など、柔軟な時間と方法で対応させていただきます。不在の場合は、電話で副校長にお伝えいただき、その後、折り返しで日程の調整をさせていただきます。



コロナウイルスの影響による、生活相談、家庭でのストレスやトラブル、メンタルダウンで家事ができなくなった...などの相談についても、お気軽にご連絡いただけたら幸いです。

