

配布版は
イラスト
掲載

カウンセラーだより

滝ノ水中学校
スクールカウンセラー

April
2025

こんにちは！
今年度から、滝ノ水中学校でスクールカウンセラーとしてお世話になります。どうぞよろしくお願ひします。

ちょこっと自己紹介

- ・出身はたこ焼き大好きな大阪
- ・大学時代は米国アリゾナ州で過ごし、その後、教師を10年していました
- ・ハワイ州の大学院を卒業し、小学校で2年間スクールカウンセラーとして勤務しました
- ・映画を見ること、ショッピングすること、ダンス（バレエ）すること、ふらっと散歩をすることが好きです
- ・好きな食べ物はアイスクリーム、チーズケーキ、パスタです
- ・新しいことを学ぶことが好きなので、みんなの推しなど教えてください

こんな時に利用してみよう！

中学生の時期は、自分でも自分のことがよくわからなくてイライラしたり、自分の中の矛盾した気持ちに振り回されたり、何をしたいのか、何を考えているのか、うまく言葉にできずに悩んでしまう時期でもあります。カウンセラーは、言葉にならないサインも大事にしながら、自分なりの答えを見つけるお手伝いをします。どうぞ気軽に相談してください♡

相談したいときには？

カウンセラーと話したい時は、スクールカウンセラー、保健室の先生、担任や部活動の顧問の先生等話しやすい先生に予約をとってもらるか、トークルーム前にある「相談ポスト」を利用してください。ゆっくり話せるよう時間を作ります。「少し話したいな」「何か気になるな」等の些細なことでも相談してみてください！

配布版は
イラスト
掲載

保護者のみなさまへ

保護者の方のご相談にも応じています。中学生の時期は、心身が急激に発達し、言葉にならない形のサインも多く、家族も戸惑うことが多々あります。お子様のことで不安なことや気になることがありましたら、どうぞ気軽にご相談ください。

【滝ノ水中学校】 TEL 052-895-7001

【緑ブロック相談電話】 土日祝日除く10:00-16:00 TEL 052-623-0320

困ったことがあったら…

つらいこと、困ったことがあれば外部の相談機関にも相談してみてください！

24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310

児童相談所虐待対応ダイヤル（24時間）189

よりそいホットライン（24時間）0120-279-338

いのちの電話 0120-783-556
0570-783-556

チャイルドライン(16:00-21:00) 0120-99-777

子どもの人権110番(平日8:30-17:15) 0120-007-110

※配布版はイラストが
掲載されています

<https://kakurega.lifelink.or.jp/>

プロジェクト『かくれてしまえばいいのです』は、生きるのがしんどいと感じている子ども・若者向けのWeb空間です
匿名・無料で24時間いつでも利用することができます