

# スクールカウンセラーだより 2023



七尾市立七尾東部中学校

No. 1(4.11)

## 本年度もよろしくお願ひします。

本年度も七尾東部中学校のスクールカウンセラーとなりました藤森敦子と申します。よろしくお願ひします。スクールカウンセラーだよりを隔月のペースで発行、必要があれば臨時号も出すなどして心の健康についてお知らせしていきます。

### どんな活動をしている？

心理職の国家資格である公認心理師に登録して活動しています。

<主な活動>

- ・面談
- ・芸術を生かした心の手当
- ・遊びを生かした心の手当
- ・心理教育プログラム

(ストレス対策、受験に備えて、怒りのコントロール、適切な自己表現、自己肯定感を高める など)

- ・講話

『ネット・ゲーム依存にご用心』



**来校日 (火)・(金) 午後 1 時半～4 時半 対象:生徒・保護者**

**4月:** 11日, 14日, 18日, 21日, 25日, 28日

**5月:** 2日, 9日, 12日, 16日, 19日, 26日, 30日

**相談などお気軽にお声かけください。**

生徒や保護者のみなさんで、何かお話をしたいことがありましたら、担任の先生や田中先生を通してお知らせ下さい。「何に悩んでいるか、困っているか」などを言葉にすることで、解決の糸口がみえてくる場合があります。お気軽にご相談ください。