

# スクールカウンセラーだより

2026年6月 NO.1

こんにちは、昴学園でスクールカウンセラーをしている長谷川 早貴（はせがわ さき）といたします。昴学園では3年目となります、どうぞよろしくお願いいたします。

カウンセリングというと悩みが重い時に行くところと思われがちですが、「何となくモヤモヤする」「やる気が出ない」「誰かに話を聞いてほしい」そんな時にも利用できます。がんばっていると、自分でも気付かないうちに疲れがたまってしまうことがあります。話したいことがまとまっていなくても、上手く話せなくても大丈夫です。困っていることを一緒に整理したり、気持ちを言葉にしたりするお手伝いをしますので、どうぞ気軽に利用してください。相談の予約をとりたいときは保健室の先生に伝えてください。



## 保護者の方へ

新しい学校や学年での生活に慣れないお子様や緊張しているお子様など、色々大変なことも多いかと思います。保護者の方からのご相談も受け付けておりますので、何か気になることがございましたらお気軽にご利用ください。

相談をご希望される方は、担任までご連絡をお願いします。

## スクールカウンセラー予定表

6月						
月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

7月						
月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

\* 来校日は木曜日がベースですが、木曜日以外も来校日があります

\* 時間は11:00~16:00となっておりますが、それ以外をご希望の方はご相談ください。