

スクールカウンセラーだより

NO.1
2025 年 5 月発行
明浜小学校
スクールカウンセラー木下桜子

こんにちは！明浜中・明浜小にきているスクールカウンセラーの
木下桜子です。火曜日の午後に明浜中に来ていますが小学校のみな
さんのお話も聞きたいと思っています。よろしくお願いします！

スクールカウンセラーってなに？と思う人もいるかもしれません。
スクールカウンセラーはみなさんがもっと楽しく学校ですごせるよ
うに、みなさんのお話を聞く人です。児童のみなさんにも気軽に「そ
うだん室」を使ってもらいたいのので、お便りを出しました。

「こまったことがあるのでスクールカウンセラーにそうだんして
みたい」「こまってはいいないけれど、スクールカウンセラーとお話し
してみたい」という人は、ぜひ「予約」してみてくださいね。担任の
先生に「スクールカウンセラーとお話したい」とつたえると、スク
ールカウンセラーが来る日のお昼休みの時間などに、スクールカウ
ンセラーとお話できるように約束してくれますよ。

去年から、学期に 1 回、お昼休みに小学校にいる日をつくってい
ます。「わざわざ呼ぶのは気が引ける」という人はその日を使ってみ
てね。

ほかの人と、どこがちがうの？

先生が、勉強を教える専門家なのとおなじように、カウンセラーはお話を聞く専門家。
みなさんは、日ごろから、おうちの人や、先生、お友達などにお話を聞いてもらったり、
困ったことをそうだんしたりしていると思います。そういう近くにいる人には逆に話しづ
らかったり、いそがしそうで声をかけにくかったり、あるいは、おうちの人にも先生にも
友達にも話したけど、もっと他の人にも聞いてほしい！と思うこともあると思います。心
の専門家の意見を聞きたい、ということもあるかもしれません。そういう時はぜひスク
ールカウンセラーのところにも来てくださいね。

スクールカウンセラーが中学校に来ている日（基本は火曜日 12:45~16:45 です）

5月	7日(水)	13日	20日	26日(月)
6月	3日	10日	17日	24日
7月	1日	9日(水)	15日	

7月1日のお昼休みは明浜小学校の相談室にいます！



スクールカウンセラーより 明浜小学校の保護者の皆さまへ…

明浜中・明浜小でスクールカウンセラーをさせていただいております、臨床心理士・公認
心理師の木下桜子と申します。よろしくお願いいたします。

週に 1 回、拠点校である明浜中に勤務しておりますが、小学校の児童・保護者の皆様にも
活用していただきたいと思います。

子どもに関して、心配なこと、困ったこと、悩んでいることがある、誰かに話を聞いても
らいたい、たとえば…

- 親子関係やしつけの問題 …「子育てに自信が無い」等
- 子ども自身の個性や能力、特徴の問題 …「気になる行動がある」「他の子と違
う気がする」「当たり前のことが出来ない」等
- 家庭環境などが子どもに及ぼす影響
- 漠然とした不安

そんなときはぜひ、気軽にスクールカウンセラーを活用してください。

火曜日(行事等による変更有 12:45~16:45・基本的に 5 時間目 6 時間目の授業時間)が基
本です。仕事の都合で他の曜日でないと都合がつかない場合などはご相談ください。1 回
50 分間 明浜中 1 階 ふれあいルーム にてお話を伺います。じっくり取り組む必要の
ある問題には、定期的なカウンセリングを組むことも可能です。

もちろん、お子さん自身に対するカウンセリングも可能です。中には、行き渋りがある、
精神的に不安定等、明らかな困難を抱えていて、「カウンセリングを受けさせたいが、話す
のは苦手なので何も話さないと思う」というようなお子さんもおられると思います。

子どもに対するカウンセリングは会話を通すだけではなく、プレイセラピー（遊戯療法）
といった、遊びを通して自分を表現する中で回復していく、というような手法もあります。
即効性のあるものではなく、時間をかけて取り組む方法ですし、授業時間を充てることにも
なるので対象は限られるかと思いますが、ふれあいルームにはある程度の遊び道具も用意さ
れていますので、そうした方法でかかわっていくことも可能です。

まずはお気軽に
ご相談ください。

2025 年度の勤務予定日 12:45~16:45 一枠 50 分

5月	7日(水)	13日	20日	26日(月)
6月	3日	10日	17日	24日
7月	1日	9日(水)	15日	
9月	2日	8日(月)	22日(月)	29日(月)
10月	7日	14日	21日	28日
11月	5日(水)	11日	18日	
12月	2日	9日	16日	23日
1月	13日	20日	27日	
2月	3日	10日	18日(水)	25日(水)
3月	3日	10日	16日(月)	24日

(変更になることもあります。)

相談は予約制となっております。相談を希望される方は、担任の先生を通じて、ご連絡くだ
さい。