

# スクールカウンセラーの先生とお話しませんか？

スクールカウンセラー、カウンセリング、教育相談…。これらの単語を聞くと、「関わるのは特別な人」「大きな悩みを持っている人が受けるもの」というイメージをもっていませんか？まだまだ敷居が高いイメージのカウンセリングですが、実際はそうではありません。ストレスのない人はいませんし、毎日普通に生活をしているだけでも、知らず知らずのうちに疲れをため込んでいくものです。そんな時、一番手っ取り早く元気を取り戻す方法は「話す」ことです。心の中にある思いを吐き出すと、心の容量に空きができます。すると、子どもに対して優しくでき、イライラしにくくなります。スクールカウンセラーの先生はそのお手伝いをしてくれる人です。

お仕事の休みができた時、「ちょっと疲れたな」という時、スクールカウンセラーの先生とお話ししてみませんか？「**子どもの元気のためには、お父さんやお母さんの元気が一番大切です！**」カフェでコーヒーを飲んでホッとする感覚で、気軽に話してホッとしていただければ幸いです。

## スクールカウンセラーの紹介

名前：山崎 <sup>なおし</sup>直 先生 47才  
出身：広島県生まれ 現在は長野県諏訪市在住  
家族：妻・娘  
趣味：登山・山スキー  
丹波山地区を担当して今年度で7年目になります。  
村のこと、子どもたちのことをよくご存じの先生です。



お子さんのことはもちろん、お仕事のことなど、お母さん・お父さんご自身のことでも構いません。困りごとや不安なことはもちろん、『子どものことを伸ばしたい』など、前向きな相談も、もちろんOKです！！どんなことでも相談してください！！

## 平成28年度 山崎先生の在勤日

月	日		時間
5月	10日(火)	31日(火)	9:00~17:45
6月	14日(火)	28日(火)	9:00~17:45
7月	12日(火)		9:00~17:45
8月	30日(火)		9:00~17:45
9月	13日(火)	27日(火)	9:00~17:45
10月	11日(火)	25日(火)	9:00~17:45
11月	8日(火)	22日(火)	9:00~17:45
12月	6日(火)	20日(火)	9:00~16:45
1月	17日(火)	31日(火)	9:00~16:45
2月	14日(火)	28日(火)	9:00~16:45

## 申し込み方法

☆電話で☆

TEL:0428-88-0254

☆メールで☆

tabajhs-01@tabayama.com

☆子どもにメモを持たせる☆

どの方法でも構いません。  
丹波中学校の嶋崎まで、都合の良い日時をお知らせください。  
調整をし、再度連絡をさせていただきます。