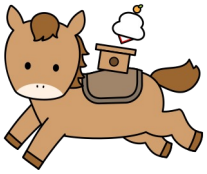
令和８年１月15日
札幌市立平岸高台小学校
スクールカウンセラー 三原

スクールカウンセラーだより



新年あけましておめでとうございます。
みなさんはどのようなお正月を過ごしましたか？
１年で最も短い３学期ですが、１日１日を大切にしながら学校生活を過ごしていけたらと思っております。
今年もどうぞよろしくお願いいたします。

ー相談対応日ー

１月23日 13:00-16:00	１月29日 10:00-13:00
２月６日 13:00-16:00	２月13日 10:00-13:00
２月20日 13:00-16:00	３月６日 10:00-13:00
３月19日 13:00-16:00	

※予定は変更となる場合があります。
ご理解の程よろしくお願いします。

「こころの天気を見てみよう」

みなさんの、今日のこころの天気はどうですか？
はれかな、くもりかな、雨、それとも雪でしょうか。
こころは、毎日、同じというわけではありません。
かなしいとき、いやな気もちのときは、「いま、こころがつかれているんだな」と思うだけで大丈夫です。
一人でどうしたらいいかわからなくなった時は、おうちの人や先生、カウンセラーと一緒にお話しするのもおすすめです。
こころの天気は、だれにでもあります。
今年もみなさんのこころがすこやかでありますように。