

スクールカウンセラーだより

🍀 生徒の皆様へ 🍀

新しい年を迎え、学年の集大成となる時期に入りました。3 学期は、不安や焦りを感じやすい時です。また積み重ねてきた経験を振り返り、次につなげていく大切な時でもあります。大谷翔平選手は高校時代、結果が出ない時期でも、毎日の練習内容や体調、できたこととできなかったことをノートに書き続けていたそうです。思うようにいかない日があっても、「今日できること」を積み重ねることを大切にしていました。今、思う通りに進んでいないと感じていても、ここまで続けてきた努力がなくなることはありません。これまでの自分を信じながら、残りの時間を一日一日大切に過ごしていきましょう。



相談は木曜日になります

1月の相談予定日	15日	22日	29日
2月の相談予定日	5日	19日	26日
3月の相談予定日	5日	12日	19日

カウンセリングを受けたい時は担任の先生や保健室の先生など、どの先生でもいいので声をかけて予約してください😊

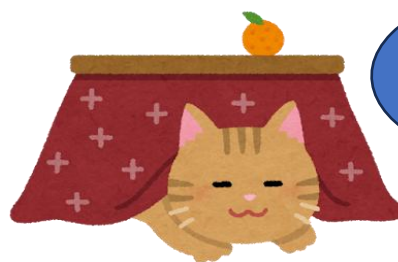
🍀 保護者の皆様へ 🍀

保護者の皆様の相談もお受けしております。予約はいつでも受け付けておりますので、学校にご連絡ください。お子さまの学校生活以外にも、親子関係、発達、生活習慣、子育てについても相談できます。

相談開始時刻

1時間目	8時55分から
2時間目	9時55分から
3時間目	10時55分から
4時間目	11時55分から
昼休み	13時20分から
5時間目	13時45分から
6時間目	14時45分から
放課後	15時45分から

相談時間は最大 50 分です
昼休みは 15 分になります
前の相談者の対応があるので、
相談開始時間位にお越しください



休憩も
大切にしてくださいね

🌱 忙しい時期ですが、一息ついて自分自身を見直す時間も大切にしてくださいね。
3 学期も自分らしく過ごせるように一緒に考えていきましょう。

スクールカウンセラー 南