

平成 29 年 9 月 1 日

スクールカウンセラー便り vol.2

こんにちは。スクールカウンセラーの井上聖子（いのうえしょうこ）です。

まだまだ暑い日が続きますが、2学期が始まりましたね。さて、皆さんは、この夏はいかがでしたか？部活や勉強など、普段よりも忙しかった方もいるかもしれません。いつもはなかなかできないことが、まとまった時間でできていたらいいなあと思っています。私は、積み上げた本を読み、観たい絵や映画を観て、エネルギーを充電する時間が取れました。すごくりフレッシュできた一方で、いつもと違う動きが多かったため、通常の生活に戻れるか少し心配です。皆さんの中にも、2学期のスタートに少し時間がかかる人もいるかもしれません。長期休みは、生活リズムがずれやすく、その後、普段の生活に慣れるまでが、しんどいものです。「疲れたな」と感じたら、無理せず体を休めてください。2学期は、特に忙しいですが、楽しいことがたくさん待っているといいですね。

皆さんが、気軽に相談できるような場を作りたいです。よろしくお願いします。

- 相談日時：水曜日 10：30～16：30（1回 50分）
- 対象者：八阪中学校の・生徒・保護者・卒業生とその保護者（ただし、高校生）
- 相談内容：自分の気持ちや身体に関すること、家族・友だち関係について、子育てについて、勉強のこと、学校生活など
- 相談場所：八阪中学校カウンセリングルーム
- 申込方法：担任の先生か教頭先生を通して予約を入れてお越しく下さい
- 申し込み・問合せ先：八阪中学校 Tel：06-6458-8531
- 2学期の相談予定日（事情により予定を変更する場合があります）
 - 9月6日（水）・9月13日（水）・9月20日（水）・9月27日（水）
 - 10月4日（水）・10月18日（水）・10月25日（水）
 - 11月8日（水）・11月15日（水）・11月22日（水）・11月29日（水）
 - 12月6日（水）・12月13日（水）・12月20日（水）



お待ちしております。

お話にこられたら …じっくり聴きます
悩みを一緒に考えます
秘密は守ります