

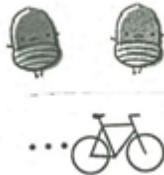
築港中学校のみなさんへ

2015年9月

## スクールカウンセラーだより

築港中学校のみなさん、こんにちは。2学期が始まりましたね。

9月に入って、朝と夜は涼しい日も少し増えてきました。



みなさんは今年の夏休み、どんなことをしてすごしましたか？

私は、初めて淡路島あわじしまに行ってきました。

みなさんの中にも旅行に行った人いるでしょうか？

たくさん友達と遊びに行った人、家でゆっくりした人、『クラブや勉強を頑張がんばっていたから、夏休みという感じがしなかった…』という人も。。。いるかもしれませんね。

そして、そろそろ夏休みモードから学校モードに切り替わってきたところでしょうか？夏休みに元気を充電じゅうでんして、気分もスッキリと2学期をスタートできた！という人も、なかなか休みモードから切り替えられなくて、『やる気が出ない～』とか『体がだるい～』という人もいるかもしれませんね。

いつまで経っても、やる気になれなかったり、気分が落ち込んだままだったりして体とこころの調子がよくならない時は、1度カウンセリングの部屋をのぞいてみてくださいね。



それでは、2学期の予定をのせておきます。

“話をしたいなあ”という人は、カウンセリングの部屋に直接ちょくせつ来るか、先生に申し込んでくださいね。

2学期は大きな行事が続きます。“最近、疲れてしんどいな。ちょっと休けいしたいな”という人は、ろう下さがみとかでも気軽に声をかけてくださいね。

毎週木曜日	9月 10日、17日 10月 1日、8日、15日、22日、29日 11月 12日、19日、26日 12月 3日、10日、17日
場所	1階の保健室となかよし学級の間にあります