

スクールカウンセラーだよ

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。

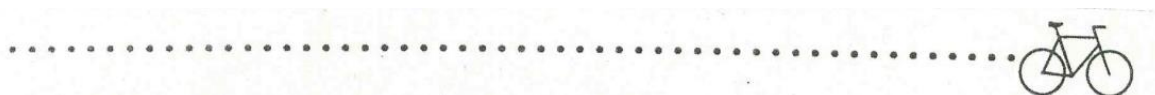


みなさんは今年の夏休み、どんなことをしてすごしましたか？
私は、初めて淡路島に行ってきました。
みなさんの中にも旅行に行った人いるでしょうか？

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