

## 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。

2015 年も残りは 12 月だけになりましたね。

あともう少しですが…最後まで気を抜かず、元気にすごしましょう！



今回の『スクールカウンセラーだよ』では、相談室の案内をもう一度したいと思います。相談室は誰でも来ていいところです。たとえばこんな時に…

☆友達のこと	☆学校のこと
友達ができない	クラスがしんどい
友達とけんかをした	授業についていけない
うまく話ができない	クラブの先輩・後輩との関係で悩んでいる
☆自分のこと	☆からだのこと
自分の性格・気持ちについて	なんとなく体がしんどい
自分を変えたい・変わりたい	よく眠れない・起きられない
☆心のこと	☆その他
よくわからないけど、気持ちが落ちこむ	家族のこと
イライラする	進路について不安だ
人の目が気になる	など何でも大丈夫です

“話をしたいなあ”という人は、担任の先生か保健室の先生、もしくは教頭先生に申し込んでください。

年内の最終日は 12 月 17 日です。年明けは、1 月 14 日からです。



毎週木曜日	12 月 3 日、10 日、17 日 1 月 14 日、21 日、28 日
場所	1 階保健室となかよし学級の間にあります