

相談室だより

平成28年 9月号

狭山市立中央中学校
さわやか相談室 ☎2959-9591
月・火 10:00~16:00
水・木・金 9:30~15:00



いよいよ2学期が始まりました。夏休み明け、久しぶりに顔を合わせたクラスメートの姿はいかがでしたか？背が伸びていたり、日焼けしてたり顔立ちも少し大人びたりして 成長したなあと感じませんか？“友達の成長”と同じように、また自分自身も 心身共に成長しています。自分ではなかなか気が付きませんけどね。

さわやか相談室では、心配ごとや悩みごとを抱えてしまった生徒さんの話を聞きながら、解決方法を一緒に考えたり、時間が必要な場合はそっとサポートしたりしています。また、スクールカウンセラーと面談することもできますので、保護者の方は事前にお電話で面談予約をしてください。

電話でのご相談も受け付けております。



皆さん、こんにちは。スクールカウンセラーの鳥居です。2学期は体育祭、校内音楽会と大きな行事も続きます。心も身体も疲れがたまりやすくなることもあるので、自分が好きなこと、ほっとできる場が何かを知っておくことが大切です。例えば好きな音楽を聴く、好きな場所に行く、家族や友達と話す、ほっとできる時間をつくるなどです。これらはやる気を出したい、元気になりたい時にも役に立つことかもしれません。良かったら心がけてみて下さい。

スクールカウンセラー来校日

9月13日(火)、27日(火)
10月11日(火)、25日(火)
11月 8日(火)、22日(火)
12月13日(火)

鳥居 恵

さわやか相談室

落ち込んだ時は 休み時間・昼休みにきてくださいね。

さやまっ子相談員 新井明美 (月・火)

さやまっ子相談支援員

南川みゆき (火・水・木・金)