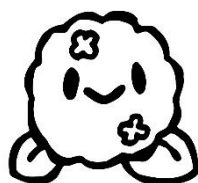


☆スクールカウンセラーだより☆

令和5年 6月
第1号

今年度より、第三中学校を担当するスクールカウンセラーの山根志保です。
どうぞ、よろしくお願いいたします。



<生徒のみなさんへ>

はじめまして。スクールカウンセラーの山根です。1年間よろしくお願いいたします。
1学期がはじまり、学校生活にも慣れてきた頃ですね。
うまくできていること、まだまだ慣れていなくて苦労していること、
この短い間でもいろいろなことがあったと思います。

○頑張りかたは、人によってちがいます。

目に見えて頑張っているのが伝わる子もいれば、頑張っているけど周りには伝わりにくい子もいるし、頑張りたいけど自分のスイッチがどこにあるのか、どうやって頑張るのかまだわからない、という子もいます。

○うまくいかないことに目を向けるのではなく、小さなことであっても、できたことを自分の中でほめていくようにしてくださいね。

スクールカウンセラーは、みなさんの困っていること、悩んでいることを聴いて、一緒に考えていくことができます。こんなこと、相談してもいいのかな？と思うことでも大丈夫です。一緒に考えていきましょう。

例：友達との関係、自分の性格のこと、自分にあったストレスの発散法をみつきたい、など

カウンセリングの日程のご案内

○相談日時：火曜日

○相談対象者：生徒・保護者

○相談場所：第三中学校（1階相談室）

○1学期の相談予定日

6月6日(火) 6月13日(火) 6月20日(火) 6月27日(火)

7月4日(火) 7月11日(火) 7月18日(火)

○申し込み方法：担任の先生か、担当の川口先生・中川先生を通してご予約をお願いします。

(第三中学校 TEL：072-366-0082)



<保護者のみなさまへ>

1学期が始まり、しばらく経ちました。子どもたちは新しい環境になり、頑張ることの多い毎日を忙しく過ごしていたと思います。最初は気を張って過ごしていますが、気づかないうちにだんだんと疲れがたまってきて、お家で様々なサインとなって現れることがあります。

食欲や睡眠、機嫌や行動の変化（いつもと違う行動）など、見守っていただけると、ちょっとした変化に気づかれることもあると思います。子どもたちは“お家の方が頑張りを見守ってくれているな”、と感じ、安心して学校生活を送っていけるとと思います。ご家庭の中、学校生活などで不安なこと、心配なことなどありましたら、気軽にご相談ください。