

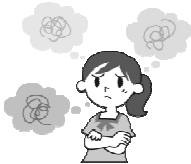
2学期

「長〜い」と思っていた夏休みも終わってしまいました。2学期が始まり、9月も半ばを過ぎました。まだまだ、「暑い」「だるい」といっていませんか。これから、体育大会、文化祭、修学旅行等と学校行事があります。学校生活を楽しみましょう。

ストレス度チェック!

まる かつ おお
○の数が多いほど、ストレスを感じている
ということなんだよ!

① かんが 考えがまとまらない



② はなし 話をするのがイヤ
になった



③ イライラしやすくな
った



④ ものごと ねっしん 物事に熱心になれ
ない



⑤ こんき 根気がなくなった



⑥ ちょっとしたことが
おも だ 思い出せない



⑦ することに、間違い
おお が多くなった



⑧ せいり せい 整理整頓ができない



相談室へどうぞ!

一年のうちでも2学期は、学校がしんどくなる人が多く出る時期です。そんな時、また悩みや心配事が気になって仕方がないなど、自分でストレスを解決できそうにない時は、遠慮なく教育相談室を覗いてください。独りきりで悩む必要はありません。一緒に悩みを考えていくと、少しでもストレスが少なくなるかもしれません。希望すれば、カウンセラーの先生にも相談できます。

★カウンセラーの来校日★

【10:00~17:00】

毎週火曜日と9月13日(金)・9月27日(金)・10月11日(金)

10月25日(金)・11月8日(金)

【13:00~17:00】

9月20日(金)・10月22日(火)・11月15日(火)・11月29日(金)

カウンセラーへの相談を希望する人は、担任か教育相談課の担当者に連絡してください。

担当者：高島、春田、則武