

今年度も半分が過ぎました。あっという間ではなかったでしょうか？ 3年生は次々と進路が決まっています。そして体育大会は延期が続きましたが、無事、秋空のもとで完全開催できました！ 11月には文化祭もあります。級友や先輩・後輩とさらに思い出を作りましょう。

ストレスはこんな時に...

朝寝坊して
学校に遅刻しそう



宿題ができていない、
勉強がわからない



先生にしかられた



友だちから悪口を言われた
いじめられた



親にしかられた



きょうだいと比べられる



部活動や塾で忙しい



どんな人もストレスを抱えています。中にはストレスに押しつぶされそうになっている人もいるかもしれません。そんなときは誰かに相談してください。周りには支えてくれる人がたくさんいます。一緒に考えてもらうことで、ストレスをやわらげていきましょう。

スクールカウンセラー

☆「友だちや先生には話せない内容なんだよなあ」
「専門家と直接話がしてみたいなあ」という人

スクールカウンセラーの佐田先生と学校で直接話ができます。(下の表)

その他の日でも、先生が可能な日は来校していただけるので、希望する人は、担任や養護の先生、教育相談課の河本、大森のいずれかに知らせてください。話を聞いていただくことで、心が軽くなるかもしれませんよ。

★スクールカウンセラー佐田先生の来校日★

10月24日(木)	15:30 ~ 17:00
10月31日(木)	15:30 ~ 17:00
11月21日(木)	15:30 ~ 17:00
1月23日(木)	15:30 ~ 17:00
1月29日(水)	15:30 ~ 17:00
3月27日(木)	15:30 ~ 17:00

教育相談保護者の会(希望者)

10月24日(木) 16:00~17:00

スクールカウンセラーをまじえて、保護者同士で気軽に語り合う会です。もし関心がある方がいらっしゃいましたら、ご案内しますので18日(金)までにお電話ください。

(086-465-2504 教育相談課 河本・大森)