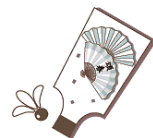




スクールカウンセリングだより



あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。

1 月・2 月・3 月のスクールカウンセリング予定についてお知らせします。

スクールカウセリングの予定

金曜日にカウンセラーが学校にいます。

カウンセリングの場所は、2 階カウンセリングルームです。

1 月・2 月・3 月の予定

1 月 5 日・12 日・19 日・26 日

2 月 2 日・9 日・16 日

3 月 1 日・8 日・22 日

カウンセリングを希望する人は、学校の先生にお申し込みください。

カウンセリングは、保護者もお申し込みできます。

ニュースや情報と上手に付き合おう

今年は、震災などの重大なニュースから一年が始まりました。今なお、いろいろな報道が続いていますね。テレビや SNS から悲惨な報道を見聞きすると、それだけで心にダメージを受けることがあります。

テレビや SNS の情報を見ていて、不安を感じたり、つらい気持ちになったりしたときは、テレビや SNS から離れましょう。

不安な気持ちやいつもと違う感じがすれば、一人で抱え込まず、信頼できる人に話してみましょう。スクールカウンセラーもお手伝いしますよ。

自分を大切にしてお過ごしくださいね。

