

令和2年9月

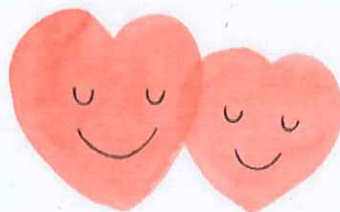
いつもより短い夏休みが終わり、後半が始まっています。日々の学習や部活にとりくみ、暑期中さっそく忙しい毎日ですね。

夏を過ぎても、マスクや手洗い、距離をとって、といつもと違う生活習慣が続きますし、行事も変更になって変化が多いです。なんとなく、疲れたり、調子を崩していると感じることはないですか？

日々の生活の中で悩んでいること、誰かに相談してみようかなと思うことがあれば、スクールカウンセラーが利用できますのでご案内します。

カウンセリングルームってどんなところ？

たとえば、「学校に行くのがつらい」「友達とうまく話せない」「家族のことで心配がある」など、つらい気持ちや心配事を抱えている時、ゆっくり話をすることで少し心が楽になることがあります。カウンセリングルームでは困っていること、しんどいこと、迷っていることをどうしたらいいか一緒に考えます。



どうすればカウンセリングを受けられるの？

カウンセリングを利用したいと思う人は、担任の先生などを通して予約をしてください。1時間程度の時間をとって、ゆっくりお話を聞きます。

カウンセラーって、いつ学校にいるの？

カウンセラーは毎週、金曜日にきています。
カウンセリングルームは3階にあります。



◆◆◆保護者の皆様へ◆◆◆

子ども達は感染予防のために変化が多くなっている生活にあわせていこうと努力しているようにみえます。大人も生活の安全を守るために気疲れすることが多いかもしれません。家庭での生活や親子関係のバランスはどうでしょうか？

カウンセリングルームでは、保護者の方の相談も受け付けています。「最近、子どもの様子が気になる」「子どもへの接し方がわからない」といったご心配など、お気軽にご相談ください。相談は、担任の先生などを通して予約を取ってください。カウンセラーは毎週金曜日にきています。(☎075-391-9622)