



## 相談室からのお知らせ



こんにちは。スクールカウンセラーの 久田美穂です。1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2年生、3年生のみなさん今年もよろしくお願ひいたします。

4月は新たな出会いがあり、初めて経験する事も多く、期待や喜びを胸にそれぞれ頑張っている事と思います。新しい環境で仲間との生活がスタートしましたが、みなさんいかがですか？ 慣れない環境では、不安に感じたり、迷ったりすることもあるので、そんな時は、気軽に相談室にお話に来てくださいね♪

### 相談室って何をするとところなの？

- ✿ちょっと気になる事や困っている事を話したり、一緒に考えたりします。  
友達の事、勉強の事、家族の事・・・などなんでもOK！
- ✿とくに困っている事はないけど、何だか疲れたな…とかストレスがたまっているなあと感じている時はどうぞお越し下さいね。お話ししたり、身体を使ってリラックスしたりしましょう。
- ✿自分って何だろう、自分をもっと知りたいな～と思った時、ストレスや性格チェックをしてみましょう。
- ✿別に何もなくても、なんとなく…大歓迎です。

利用方法…事前に先生に相談の希望をお知らせ下さいね。

### 保護者の皆さま

中学校生活のこの時期は児童期に別れを告げて思春期へと心も身体も大きく成長していきます。成長の過程ではありますが、これまでのようには学校、友達の事を話してくれなくなり、子どもの心が見えにくくなる時期でもあり、保護者の方の悩みも多くなるかと思いません。学校に行きたがらない、何だか最近元気がない、行動面、学習面での心配、親子関係、相談したいけれどどこに相談していいかわからない…など些細な事でも結構ですのでお子さんの事で気になる事がありましたら、ご利用下さい。

### 1学期の相談日

4月	5月	6月	7月
15日(金)・ <u>22日(金)</u>	6日(金)・20日(金)・ <u>27日(金)</u>	3日(金)・17日(金)・ <u>24日(金)</u>	1日(金)・8日(金)・ <u>15日(金)</u>

下線日は二見北小学校です。二見北小学校での相談は可能です。

予約制になっておりますので、事前にご連絡ください。

教頭先生、担任の先生、奥谷先生（養護教諭）が窓口になっております。

スクールカウンセラー久田 美穂

