



## 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。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。1年生のみなさん、遅くなりましたが、入学おめでとうございます。

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。

✿ 別に何も無いけど、なんとなく…大歓迎です。

相談日…**金曜日**（月に1回は中崎小学校ですので、事前にご確認ください）

利用方法…事前に担任の先生か学年の先生に相談の希望をお知らせ下さるか、学校にご連絡下さい。

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えます。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分からない…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。お待ちしております。

5月の相談日

5/10(金) 5/24(金) 5/31(金)

5/17(金)…中崎小学校

大蔵中学校 スクールカウンセラー 臨床心理士 久田 美穂