

大蔵カウンセラー通信



おおくらちゅうがっこう せいと ほごしや みなさま
大蔵中学校の生徒、保護者の皆様こんにちは。スクールカウンセラーの中西と内田です。短い夏休みを経て、9月です。お疲れはでいてませんか？無理のないようにしてくださいね。

こころのおはなし

なが に がっき はじ
長い二学期が始まりました。しんどくなりすぎないように

ことし がっこう れいねん ちが なつやす みじか
今年は学校のスケジュールが例年と違いますね。夏休みが短かったので二学期がだいぶ長いです。予定されていた学校行事も形を変えたり、中止になったりと、今年度は思い通りにならないことが多いと思います。また、我慢することも多



いでしょう。しかし、べんきょう やテストはあります。からだ こころ つか
いでしょう。しかし、勉強やテストはあります。体と心に疲れがたまってもおかしくない状況です。何かしんどいなあと思ったり、ねむれない、おきられないがあったり、それら以外でも今までの自分と何か違うことがあれば早めに相談してください。マラソンでも給水があります、車だって長い距離になれば給油します。二学期という長い時間を過ごす中、しんどくなりすぎないように心身のメンテナンスが必要かもしれませんね。必要であればスクールカウンセラーもご利用ください。

ほごしや かた こさま なに き
※保護者の方へ…お子様のことで何か気になることがあれば小さなことでもお気軽にご相談ください。

スクールカウンセラーの利用について		
スクールカウンセラー	なかにし みな きんようび うちだ た え すい もくようび 中西美奈(金曜日)／内田多恵(水・木曜日)	ようび 曜日によっては りようじかん ある程度 まで調節できます。 まずはご相談ください
日時	にちじ 金曜日 午前10時30分～午後5時15分 すい もくようび ごぜん じ ふん ごご じ ふん 水・木曜日 午前10時30分～午後5時15分	
相談できる人	そうだん ひと 生徒／児童／保護者／教職員	
相談できる内容	そうだん ないよう 友人関係、将来について、自分について、学習、不登校、いじめ、非行、発達について、子育て、家族関係…などなど	
相談したい時	そうだん とき ・担任や教育相談係(柳瀬)など教職員にお伝えください。 ・スクールカウンセラーに直接声をかけて下さってもかまいません。 ・しかし、飛び込みのご相談は対応できない場合がございます。	

がつ そうだん び
9月の相談日

	水曜日	木曜日	金曜日
1週目		9月3日(木)	9月4日(金)
2週目	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)
3週目	9月16日(水)		9月18日(金)
4週目	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)
5週目	9月30日(水)	10月1日(木)	

9月11日(金)
スクールカウンセラーは
なかさきしょうがっこう
中崎小学校にいます。