



# ただいま！ ～安心できる場所がある～

相談室だより NO.2

令和4年4月21日  
府中緑ヶ丘中学校 教育相談担当 小早川

## 自分も友達もみんな、よく頑張っています！

新しい学年・学級, 新しい友達・新しい先生…4月に入り, 皆さんの生活のありとあらゆることが変化しました。変化に対応していただくだけで, 人は疲れるものです。

そんな時はぜひ, 自分を, そして周りの友達を「よく頑張っているね!」とほめてあげてください。心の中で言ってもいいし, 口に出して言ってもいいです。頑張りをしっかり認めることで, 心の荷物が軽くなります。

あともう少してゴールデンウィークです。まとまったお休みなので, リラックス・リフレッシュしてください。

また, 一人では解決できない疲れや不安, 誰にも言えない心配事もあるかもしれません。そんな時は相談室やSC(スクールカウンセラー)の先生のことを思い出してください。

「相談室」について詳しく知りたいとき, SCの先生と話がしたいと思ったときは, 担任や学年の先生, SCの先生に相談してください。一人で抱えないでくださいね。

### SC(スクールカウンセラー)潮先生とお話できる日

5月 2日(月)・9日(月)・13日(金)・16日(月)・20日(金)・23日(月)・27日(金)

6月 3日(金)・6日(月)・13日(月)・17日(金)・20日(月)・24日(金)・27日(月)

### SC(スクールカウンセラー)三宅先生とお話できる日

5月 12日(木)・19日(木)・26日(木)

6月 2日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木) (木曜日・10時～17時で勤務しています)

※ 来談方法 : 来談される際は予約が必要です。

スクールカウンセラー勤務日の時間内にお電話でお願いいたします。

◎学校 TEL 283-4701 ◎相談室直通電話 TEL 281-3371

令和4年度広島県教育支援センター(SCHOOL“S”)の案内も届いています。  
ご入用の方は学校までお願いいたします。

