

スクールカウンセラーだより 9月号

スクールカウンセラー
野口菜実

○夏休み明け…疲れがたまっている？

夏休みと文化祭が終わりましたね。皆さん、どんな風に過ごされたのでしょうか？

長い休みの後は、「やる気が出ない…」「体がだるい…」「学校に行くのがつらい…」等の、体や心の不調が出る場合があります。頑張りすぎず、自分のペースでゆっくりやる気のエンジンを動かしていけるとよいですね。

何か気になることや、困ったことがあれば、いつでも相談室を利用してみてくださいね！



○相談室の使い方

(1)スクールカウンセラーはいついるの？

→ 週1回、毎週木曜日に來ています。

西校舎2階、生徒相談室か、職員室にいます。
校内を巡回しているときは、気軽に声をかけてください。

教室						
ここです！！			廊下			
生徒相談室	国語科	トイレ	階段	会議室	校長室	職員室

(2)利用方法について

→相談したい時は、来室日に、スクールカウンセラーに声をかけてください。

スクールカウンセラーがいない日は、担任の先生や、保健室の先生に伝えて予約を取ってください。

→昼休みと放課後は、空いていれば予約なしでも利用できます。

○スクールカウンセラー来室日…

9月：12（木）・19（木）・26（木）

10月：3（木）・17（木）・※21（月）・31（木）

