



カウンセラー室だより

令和5年 4月号

日の出中学校 カウンセラー室

日の出中学校のみなさん入学そして進級おめでとうございます。今年度も日の出中学校での勤務となりました。1年間どうぞよろしくお祈りいたします。

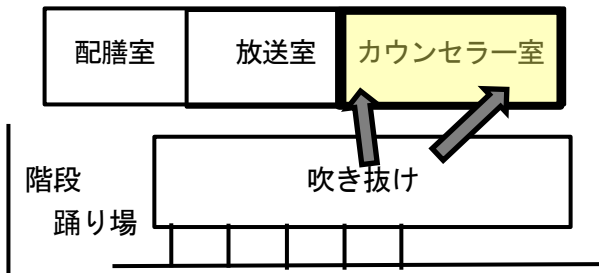
皆さんの新年度のスタートはどうでしょう。順調ですか？ 特に1年生は初めての中学校生活にドキドキしていることでしょうか。もしわからないことがあったら、何でも聞きましょう！
恥ずかしいのは最初だけです。もしかすると、相手の人もよく知らないかもしれませんから、遠慮はいりません。(私も職員室でたくさん教えていただいています。)

体調はどうですか？よく眠れていますか？最初は気持ちが高揚しているので体の疲れに気がつかないかもしれません。できるだけ生活リズムを整えて毎日を一歩ずつ着実に進んでいきましょう。それでは、あらためてカウンセラー室の紹介をします。

♪カウンセラー室ってどんなところ？

みなさんが悩んだり、困ったりしたときに **相談** することができる場所です。
相談の予約が入っていないときは自由開放します。特に困ったことがなくても、学校生活でちょっとがんばりすぎて疲れてしまったときなどにホッとひと息つくためにも活用してください。

♪どこにあるの？⇒ 2階 放送室の隣にあります。



♪カウンセラー室で相談したい時は？

- ・担任、学年の先生に連絡して予約する。
- ・直接カウンセラーに声をかける。
または、直接カウンセラー室に来る。
- ・授業中は担任の先生や教科の先生の許可が必要です。

♪いつ開いているの？

- ★スクールカウンセラー 9:30～16:15
通常水曜 4月26 5月10、17、23(火) 6月7、14、21、28 7月5、12、19
- ★スクールライフカウンセラー
月 火 木 金 9:30～16:45

保護者の皆様へ

カウンセラー室では保護者の方からのご相談もお受けしています。お子さまのことで心配な事、学校生活で不安に思われている事など、些細な事でも遠慮なさらず、どうぞお気軽にご相談ください。

お子様が元気よく、楽しく学校生活の中でチャレンジするお手伝いをさせていただきたいと思っております。1年間どうぞよろしくお祈りいたします。

<連絡先> 学校代表 047-380-7100
 携帯(相談室直通) 080-6629-5878 学校にお電話いただき、教頭先生、担任の先生を通してお申込みいただくか相談室直通的携帯番号にご連絡ください。
 ※ すぐに携帯に出られないこともあります。メッセージをお残しく下さい。おかけ直しいたします。