



開室時間	9:30~16:15
直通電話番号	080-6629-6071
電話対応時間	9:30~16:45
開室時間や開室日に変更がある場合は、相談室前カレンダー等でお伝えします。	

<3月の予定>

日	月	火	水	木	金	土
2/23 祝日	2/24 振休	2/25 SLC	2/26 ×	2/27 SLC	2/28 ×	1
2	3 SLC	4 SLC	5 ×	6 SLC	7 県 SC	8
9	10 SLC	11 SLC	12 ×	13 県 SC・SLC	14 ×	15
16	17 SLC	18 SLC	19 ×	20 祝日	21 ×	22
23	24 SLC	25 SLC	学年末休業 3/26~4/6			

自分を大切にすること

もし、自分の家や部屋に全く知らない人がいたら、不安になったり怖いと思ったりすると思います。

知っている人であっても、いないはずのタイミングで自分の家や部屋にいたら、不安になったり怖いと思ったりするのではないのでしょうか。

安心できる家や部屋の条件の一つは、入ってよい人や入ってよいタイミングを、持ち主が自由に決められることです。



人の心も同じように、受け入れる相手やタイミングを持ち主が自由にできないと、安心することが難しくなります。しかし、家のドアや壁のように、人の心のドアや壁は見えて分かるものではありません。

ですから、安心感が守られる関係を作るには、「私はそれなら大丈夫」や「私はそれは嫌だ」という意見を伝え合うことが大切です。自分にとっての「良い・嫌だ」は自分にしか分からないように、相手にとっての「良い・嫌だ」は相手にしか分からないからです。

しかし、お互いの「良い・嫌だ」を伝え合っても、安心感が守られる関係が作れないこともあります。そんなときには、カウンセラーを頼ってみてもよいのかもしれません。

これから、皆さんには新しい出会いがたくさん待っていると思います。自分も相手も大切にして、より良い未来につながることを願っています。

今年度のおたよりはこれで最後です。皆さんがこの先何か困ったときに、「そういえば、相談室ってあったな。カウンセラーっていたな」と思ってくれたら嬉しいです。

「相談室」は、保護者の方がお子様の気になることや心配事について、カウンセラーと一緒に考えていく場所でもあります。来校された際など、ぜひお立ち寄りください。面接予約はお電話でも受け付けております。(直通電話:080-6629-6071)