



さわやか相談室だより

3 学期も順調にスタートし、寒さに負けず元気よく毎日頑張る姿が見られて、とてもうれしく思います。

まとめの 3 学期、共に過ごした仲間との絆をさらに強くし、最高の思い出が作れることを願っています。

さわやか相談室では、みなさんが安心してのびのび学校生活を送れるよう、サポートしていきたいと思っています。何か心が重くなるようなことや、困っていることなどありましたら、遠慮なく相談に来てください。



10 年後、20 年後の自分を考える

みなさんは、10 年後、20 年後の自分がどうしているかを考えたことがありますか？ 中学を卒業すると一人一人がそれぞれの道を進んでいくこととなります。今はお父さんやお母さん、おじいちゃんやおばあちゃん、学校の先生などがあなたを支え、守り、困ったときには力になってくれる人がいると思います。

でも 10 年後、20 年後のあなたは、今よりもたくさんのことを自分で決め、その結果が良くても悪くても自分で引き受けていかなければなりません。

「失敗は成功のもと」とか「失敗は成功の母」ということわざを聞いたことはありますか。「引き受ける」と言うことは、例えば失敗したらその理由を考えどうしたらいいかと考えていくことでもあります。

ですから、今は失敗をしても何も恐れることも恥ずかしがることもありません。上手くいかなかったことを「次にどういするか」が大事なのです。

将来どんな仕事についても「色々な困難を乗り越えていく力」をつけていくことが必要です。そのためにも毎日の生活で自分のすべきことを行い、大変なことや苦手なことがあっても逃げずに努力することがとても大切です。それが生きていく力や自信になるはずですから。

そして困ったときに友だちや周りのおとなに相談しながら、これから様々な問題を解決していく力をつけていってほしいと思います。



がんばれ！！3年生

「勝負ご食」

～受験当日に食べたい朝食は？～

- 1位 カツ(勝負に勝つ)
- 2位 ケーキ・おかし(糖分で頭が働く)
- 3位 魚(DHA が含まれている)
- 4位 以下
 - 納豆(ネバーギブアップ)
 - ためきうどん(他を抜く)
 - ウィンナー(WINNER)

脳が働くには、いろんな栄養素が必要！

バランス良く食べてね！！



スクールカウンセラー

長柄先生来校日

2/5 (月) 2/19 (月)

事前に電話予約をお願いします

048-553-3321

(相談室直通)