



# さわやか相談室だより

緊急事態宣言が解除され、いよいよ学校再開となりました。校内に響くみなさんの声に元気をもらい、改めて日常のありがたさを感じています。

久しぶりの学校。スタートは順調ですか。

少しずつ日常生活に戻り、新しい環境に慣れてきたと同時に緊張もほぐれて疲れがでる頃かもしれません。特に1年生のみなさんは、小学校と中学校の違いに戸惑いを覚えたり、早く慣れなければ…と焦りを感じている人もいるのではないのでしょうか。そんな時、「不安や心配、心細くなって当たり前です」とスクールカウンセラーの長柄先生は話しています。

どうか無理をせず、ゆっくりと自分のペースで過ごしていきましょう。

## さわやか相談室の利用について

### 1. 相談室とは・・・

- 友だちや家族とケンカした。
- 困っていることがあるのに、どうしていいかわからない。
- 友だちとうまく話せない。
- 誰かに話を聞いてほしい・・・



などのお悩みを聞いて、みんなと一緒にどうすれば良いか考える場所です。

### 2. 利用できる時間 (月～金)

- 休み時間・昼休み / 放課後 (予約が必要)

### 3. 相談・予約の方法

- 生徒のみなさんは直接相談室に来てください。

### 4. お知らせ

- スクールカウンセラー長柄文子先生の来校日  
6/22(A)、6/29(A)、7/6(A)、7/13(A)、7/20(A) 要予約  
～ お電話でお問い合わせください ～
- 忍中学校 さわやか相談室 048-553-3321