

※※ さわやか相談室だよ ※※

令和6年 1月

川口市立幸並中学校 さわやか相談室

新しい年が始まりました。心痛む年明けとなりましたが、生徒の皆さんには、心身ともに健康な一年であってほしいと願っています。ところで、今年の干支は「辰」ですが、辰年は陽の気が動くため、活力旺盛になり、大きく成長し形が整う年といわれるそうです。生徒の皆さん一人一人にとっても、大きく成長する年になってほしいと思います。

しかしながら、成長の過程には、悩みや不安、心配事もたくさん出てくるはずです。そんな時は一人で悩まず、家族や先生、友人など他の人に自分の気持ちを話してみることが、とても大切です。相談室も、生徒の皆さんの不安や心配を話す場所の一つとして、是非利用してください。

さわやか相談室のご案内

☆ 場 所 : 管理棟3階 (階段上正面の部屋)

☆ 開室日時 : 月曜日～金曜日・午前9時30分～午後2時30分

※ 学校行事等で変更になる場合があります。

◇◇◇ 生徒の皆さんは、休み時間・昼休みに直接来室してください ◇◇◇

〈 休み時間以外で緊急の相談の場合は、先生の許可を得てから来室してください。〉

☆ 利用対象者 : 学区内の小・中学校の児童生徒とその保護者

☆ 利用方法 : ◆ 面接相談 (できるだけ予約をお願いします)

◆ 電話相談 (直通電話をご利用ください)

◆ スクールカウンセラー面談 ➡ 隔週木曜日来校

※ 面談ご希望の方は、電話等で事前予約をお願いします。

※ 3学期の来校予定日 【1月】 11日・25日

【2月】 8日・22日

【3月】 7日・21日

見方を変えれば、世界が変わる

— リフレーミング —

見方・考え方(フレーム)を変えると、
相手や自分のいいところが目に入ってくる

- ・自分がない ⇒ 協調性が豊かだ
- ・気が弱い ⇒ 人を大切にする
- ・頑固だ ⇒ 意志が強い・信念がある

☆ 自分の良さに気づきましょう ☆

※ 保護者の皆様へ ※

お子様のことで心配なことが
ございましたら、
どんなことでもご相談ください。
電話で事前にご予約のうえ
ご来室ください。
電話での相談もお受けいたします。

☎ 相談室直通電話

➡ 048-251-5968

☆ 相談室スタッフ

※ スクールカウンセラー : 竹内^{たけうち}かおり

※ 相談員 : 田北^{たきたま}眞美子・鈴木^{すずきのりこ}則子