

相談室だより



スクールカウンセラー 中島 彩
心の教室 相談員 小林 由美子

皆さん、こんにちは。とうとう夏休みまで後1ヶ月をきりました。

皆さんは、夏に取り組もうと思っていることはありますか？部活、勉強、・・・人によってそれぞれだと思います。

ちょうど良い目標を立てて挑戦してみてください。目標が達成された時には、きっと自分に自信がつきます。

ちょうど良い目標を選ぶ

その人にとってちょうど良い目標とは、失敗するかも知れないけど成功したらとてもうれしい目標の事です。もしも、ちょうど良い目標が達成された時には、自分に自信がつきます。

(自分にちょうど良い目標を立てるためのコツ)

ひとまず小さな目標に何度も挑戦してみて、成功したり失敗したり繰り返すことです。すると、その成功や失敗が、次に目標を選ぶ時に参考になります。

< 7月の開室日 >

月	火	水	木	金
小②林	中③島	小④林	5	小⑥林
小⑨林	10	小⑪林 中⑫島	12	小⑬林
16	中⑰島	小⑱林	19	小⑳林

・・・相談室の利用の仕方・・・

- ◎ 相談室は、○のついた日に開室しています。昼休みと放課後、自由に利用できます。気軽にのぞいてみて下さい。
- ◎ 保護者の方もお気軽にご相談下さい。学校にいらした折りに、どんなところか、ちょっとのぞいてみて下さい。その際にご予約をされても結構です。
- ◎ 相談員は、守秘義務がありますので安心してご相談下さい。

電話：04 7182 5191(学校電話) →中島・小林まで
中島 火曜日 (10:00~16:00)
小林 月、水、金曜日 (12:00~16:30)
(9:00~13:30) 但し午前の時

