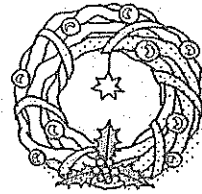


相談室だよ



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

みなさん、こんにちは。寒くなってきましたが、風邪などひいていませんか？
今年も残すところ後1ヶ月となりました。やり残していることがあったら、今からでも間に合います。
チャレンジしてみましょう。

ところで、相談室を利用する人が増えています。相談内容はいろいろですが、人に話すことで気持ちが楽になることもあります。どんどん相談室を利用して下さい。

「いじめられてる君へ」

人生が輝く日必ず来る

朝日新聞で
大反響をよんだ
連載が
1冊の本に

いじめられている君へ
いじている君へ
いじめを見ている君へ

朝日新聞社編



生きていても楽しいことなんてない。
君は、そう思うかな。でも、君が辛い
目にあっているのは、だめな人間だからでも、劣っている人間だからでもない。(中略)
すぐにできることを1つ、教えてあげるね。

君が受けているいじめをノートに書いてみるんだ。誰が何をしたか。周りはどう反応したか。
君はどんな気持ちだったか。できれば、毎日書き続けよう。

書けば気持ちが整理出来る。何がつらく、自分がどうしたいか、どうしてほしいかが見えてくる。
問題がこじれたときには、君を守る証拠にもなる。そして何より、その記録の厚みは、君が耐えに
耐えてきた強さの証しになるんだ。

乙武洋匡 (「五体不満足」の作者)

この本には著名人63人からの命のメッセージが書かれています。相談室にありますのでいつでもどうぞ

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|--------------|-------|----|----------------|
| 3 | 小 ④ 林 中 島 | ⑤ 林 | 6 | 小 ⑦ 林 |
| ⑩ 林 | 11 | 小 ⑫ 林 | 13 | 小 ⑭ 林 |
| 小 ⑰ 林 | 中 ⑱ 島 | 小 ⑲ 林 | 20 | 小 ⑳ 林 (午 前) |

・・・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。
昼休みと放課後は自由に利用できます。
- ◎ 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、ご予約下さっても結構です。
- ◎ 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

