

## 試しに相談してみよう

この夏はほんとうに暑かったですね。2学期が始まり、我孫子中のみなさんのはつらつとした笑顔を見て、私もどうにかエネルギーを回復しました。

しかし、元気いっぱいスタートした人でも、長い学期の間には、笑顔になれない時があるものです。無理に笑顔を作っても、内面では「困ったなあ」「心が折れそう」と泣き顔のこともあります。

一人で悩むのに疲れたら、誰かとゆっくり話してみましょ。ゴチャゴチャになった頭の中が整理されます。また、上手にSOSを出せたことで気持ちに少しゆとりが生まれます。周りを見回せば、家族、先生、友達……、話を聞いてくれそうな人がたくさんいます。



そして、もしも「こんなこと話したら、嫌われちゃうんじゃないか」とか「ドン引きされるかも」とか、たいせつな人に話すのが不安になった時は、相談室があります。

我孫子中の相談室には、ほぼ週4日、カウンセラーや相談員が来ています。「今まで行ったことがないから行きづらい」という人も、逆に「行ったことがないから、お試しで相談してみよう」というのはいかがでしょうか。

9月予定表		火曜日	10:00~16:45 (中島カウンセラー)				
		月・水・金曜日	12:00~16:45 (森田相談員)				
日	月	火	水	木	金	土	
1	② 森田	③ 中島	④ 森田	5	⑥ 森田	⑦ 森田	
8	9	⑩ 中島	⑪ 森田	12	⑬ 森田	14	
15	16	⑰ 中島	⑱ 森田	19	⑳ 森田	21	
22	23	㉒ 中島	㉓ 森田	26	㉗ 森田	28	
29	⑳ 森田						

\* 7日(土)体育祭 9日(月)振替休日

## 相談室を利用するには

相談室は、予定表の○が付いた日に開いています。

生徒の皆さんは、昼休みと放課後、自由に利用できます。

保護者の皆様にとっても、学校の相談室が一番身近な相談窓口です。お話をじっくりお聴きして、解決方法を一緒に考えます。また、適切な援助につなげるための場所でもあります。どうぞ、お気軽にご利用ください。



● 予約&問い合わせ：我孫子中 ☎ 04-7182-5191 (中島彩・森田英子まで)

\* 担任の先生や保健室の先生を通して予約できます。

\* 来校のついでに直接声をかけてくだされば、その場でお話をうかがいます。