



年明けから、新型コロナウイルスの感染がまた広がっていますが、今回は、私たちの身近でも感染したという話も聞くようになってきました。そのため、もしかしたら、自分や家族が感染してしまってショックを受けている人や感染するのではないかと不安を感じている人もいるかもしれません。このような状況で不安に思う気持ちは当然です。一人で抱えずに、ぜひ気軽に相談室に話に来てください。

さて、今年度も残り1か月を切りました。春は出会いと別れの季節と言われますが、まもなくともに多くの時間を過ごした仲間や先生との別れが待っています。

カウンセリングでは、出会いと別れをととても大切だと考えています。出会ったときには、お互いが信頼してどんなことでも話ができるようになるために、ゆっくり時間をかけて何度も話をします。そして、別れるときには、出会ったときと同じくらいじっくり時間をかけて別れに向けての話をします。カウンセリングで一緒に考えてきたことを整理し、ここまで成長したことはどんなことか、これからの課題はどんなことがあるか、よく話し合うのです。別れの作業をていねいにすることが次の出会いを前向きにするコツだからです。みなさんもこの1年で自分がどんなところが成長したのか、次の学年ではどんなことにチャレンジする必要があるか、この機会に整理をしましょう。また、仲間や先生に伝えたいけど伝えられていないことがある人は伝えておくのもいいと思います。次の学年を前向きにスタートするためにも、残りの1か月を大切に過ごしてください。

● 3月開室予定 ●

月	火	水	木	金	土	日
	1 ○	2 ○	3	4 ◎	5	6
7 ○	8 ○	9 ○	10	11 ◎	12	13
14 ○	15 ○	16 ○	17	18	19	20
21	22 ◎○	23 ○	24 ○	25	26	27

◎中里スクールカウンセラー ○中島相談員

※2月号のおたよりで相談室の開室予定に誤りがありました。相談を希望する人は左のカレンダーを確認して利用してください。

※4月以降の開室日は未定です。予定が決まったら、またお知らせします。

保護者の皆様へ 保護者の方からのご相談も受け付けております。湖北中学校に入学予定の小学校6年生のお子さんのことでもお受けしますので、お気軽にご連絡ください。