

カウンセリングだより

スクールカウンセラー 熊谷宏子



“新年明けまして
おめでとうございます”

新年が始まり、1月の寒さとともに新たな希望が芽吹いております。

新しい年を迎え心も体もリフレッシュし、楽しい有意義な時間を過ごして行きましょう。

1月の冷え込みが厳しい中、みなさんにとって心温まる一年となることを願っております。

カウンセリング予定

カウンセリングのある日は、先生にたずねるか、「カウンセリングだより」や各種掲示物で確認できます。

《1・2月の予定日》

1月9日(火) 16日(火) 23日(火)
30日(火)

2月6日(火) 13日(火) 20日(火)
27日(火)

※3月はありません。

カウンセリングの時間は、

9:45~16:00までです。



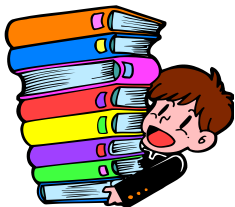
保護者の皆様へ

お子様の成長への頑張りや辛さなどについて、共感を持って理解してあげることはとても大切なことだと思います。

多感な青年期のお子様について、何かご心配なことがございましたら、どうぞ、お気軽にご相談ください。

学校のTEL(022-356-3111)

カウンセラーから一言



みなさん、好きなことをする時は疲れていても、めげているときでもできますね。好きなことは「こころのエネルギー」になるからなのです。

でも、好きなことがやれなくなったら、それは『疲れているサイン』です。

落ち込んだり不安を感じたりした時は、そういう気持ちを否定しないで、自分と向き合い、ありのままの自分を受け入れてみてください。

ちょっと立ち止まって・・・。

そんな自分を大切にすることはとても大事なことです。自分を大切にできて、初めて相手のことも大切にできるようになります。友だちとの絆を大事にしなが、前に進んでほしいと思います。

