

令和3年9月27日

光が丘第二中学校 保護者の皆様・生徒の皆さん

スクールカウンセラー(SC) 長野和江  
心のふれあい相談員 井澤雅子

## ☆星の部屋だより☆ 9月号

2学期は1年で1番長い学期です。学期半ばで息切れしないように過ごしたいですね。

普段の生活で休養が不十分だと、普段なら頑張れるところで頑張れなかったり、あと一息のところでもパワーが出なかったりするの、疲れた時には”疲れた”と勇気を出して周りの人に言ってください。一人で悩んで不安な気持ちが強くなってしまふよりも誰かに相談して早く解決する方がよいと思いませんか？

相談室でもお手伝いできますので一緒に考えていきましょう。

10月及び11月の開室予定日は下記の通りです。

| 10月 |     |    |     |    | 11月 |     |    |     |    |
|-----|-----|----|-----|----|-----|-----|----|-----|----|
| 月   | 火   | 水  | 木   | 金  | 月   | 火   | 水  | 木   | 金  |
|     |     |    |     | 1  | ○1  | ●2  | 3  | ○4  | 5  |
| ○4  | ●5  | 6  | ○7  | 8  | ○8  | ●9  | 10 | ○11 | 12 |
| ○11 | ●12 | 14 | ○15 | 16 | ○15 | ●16 | 17 | ○18 | 19 |
| ○18 | ●19 | 20 | ○21 | 22 | ○22 | 23  | 24 | ○25 | 26 |
| ○25 | ●26 | 27 | ○28 | 29 | ○29 | ●30 |    |     |    |

●スクールカウンセラー 長野

○心のふれあい相談員 井澤

★電話番号：080-7249-2467

★場所：3階 星の部屋(多目的スペースのとなり)

★保護者の方もご利用頂けます。相談のご予約は担任の先生を通じて、または直接お電話でお申し込みください。

ご相談の内容は守秘いたしますので外部に知れることはありません。安心してお話頂けますので、お気軽にいらしてください。