

令和4年10月6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☆ 10月号

10月に入り、朝晩はずいぶん涼しくなってきました。

秋は夏の疲れが出やすい時期です。がんばる時と休む時のメリハリをつけて、体調管理を心がけて休んでも元気がでないという時は、心が疲れているのかもしれませんが。誰かに話をすることですっきりする事もあります。

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
○3	●4	5	○6	7		●1	2	3	4
10	●11	12	○13	14	○7	●8	9	○10	11
○17	●18	19	○20	21	○14	●15	16	○17	18
○24	●25	26	○27	28	○21	●22	23	○24	25
○31					○28	●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。

また、読み書きでお困りの方は、

<https://www.neri-shakyo.com/dxguide.pdf>

に理解を深めるための記載やチェック項目などがありますのでご参照ください。

星の部屋でもご相談に乗れますので、お気軽にいらしてください。