カウンセリング便り



スクールカウンセラー通信　第２号
令和３年９月

◆2学期が始まりました。

夏休みが明け，学校生活が久しぶりに始まりました。休み中ののんびりした生活からリズムを戻せず，疲れを感じている人もいるのではないでしょうか。できるところからで構いません。スマホの利用時間や休日の過ごし方を見直すなどしながら，健やかに過ごせるようにしていきましょう。

相談室と相談日について

相談日時：　基本的に**月曜日**，授業時間ごとの相談です。（2限～5 or 6限）

9月 13日，27日（月）

10月　4日，11日，25日（月）

※予約を優先にしています。担任や養護教諭を通して，もしくはカウンセラーに直接申し込んでください。学校にお電話いただき、予約の旨をお伝えください。

相談内容：　学校生活や人間関係，家庭での悩み，ストレスや身体の不調，発達や学習に関することなど。

相談場所：　カウンセリングルーム（北館３階 図書室とキャリアセンターの間）

問い合わせ：　中部中学校　（TEL）0562-55-3900

スクールカウンセラー 釜村 早苗