

# 教育相談室から ～7月～

1学期も、残すところ1か月を切りました。夏祭りや夜市の季節、わくわくしている人も多いでしょう。マイペースに好きなことを楽しむ夏もいいですね。受験に向けて、または、大会や試合を控えて頑張りどきだという人もいます。夏休みに入る前に、予定や目標を立てたり、やりたいことリストをつくったりすると、休みがより充実するかもしれないし、休みまでの期間も楽しくなるかもしれません。

もうすぐ夏休み！みなさんはどう過ごしたいですか？



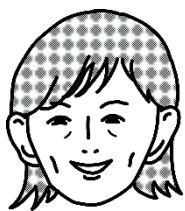
教育相談係では、それぞれの場所で、自分らしく輝けるよう、みなさんをサポートできればうれしく思います。教育相談室には、週1日程度はスクールライフアドバイザー（専門的な立場の先生で、教員ではありません）がいらっしゃいます。困ったことや気になることがあったり、話を聞いてもらいたいことがあったりするときには、気軽に教育相談室に来てください。

## 今月、来月のスクールライフアドバイザー来校予定日（9:45～16:45）

【7月】5日（金）、12日（金）、18日（木）

【8月】23日（金）、30日（金）

※予約なしでも面談できますが、予約優先ですので事前に予約をすると安心です。  
※御家族からの御相談も受けています。遠慮なくお声掛けください。



SLA  
山本先生

みなさん、こんにちは！1学期もあと少しですね。新しい人間関係、勉強に課題、進路選択、部活等、お疲れ様でした。夏休みが待ち遠しい人も多いことでしょう。そこで、夏休みを楽しく過ごすために、1学期を振り返って、自分の「頑張りや成長」に目を向けてみませんか？ルールは、「他人と比べないこと」。小さな成長や当たり前と思えるようなことも自分の頑張りや認め、ねぎらい、自分で自分をほめてみましょう。きっと、いい気分が夏休みを有意義に過ごすことができるはず。…と言っても時によっては「気分が晴れない、いい気分になれない」こともあるでしょう。そんなときは、相談室でちょこっと話していきませんか。誰かと話すことで気持ちが軽くなることもあります。気軽にノックしてくださいね。



自分が安心できる場所で、リラックス&リフレッシュ♪