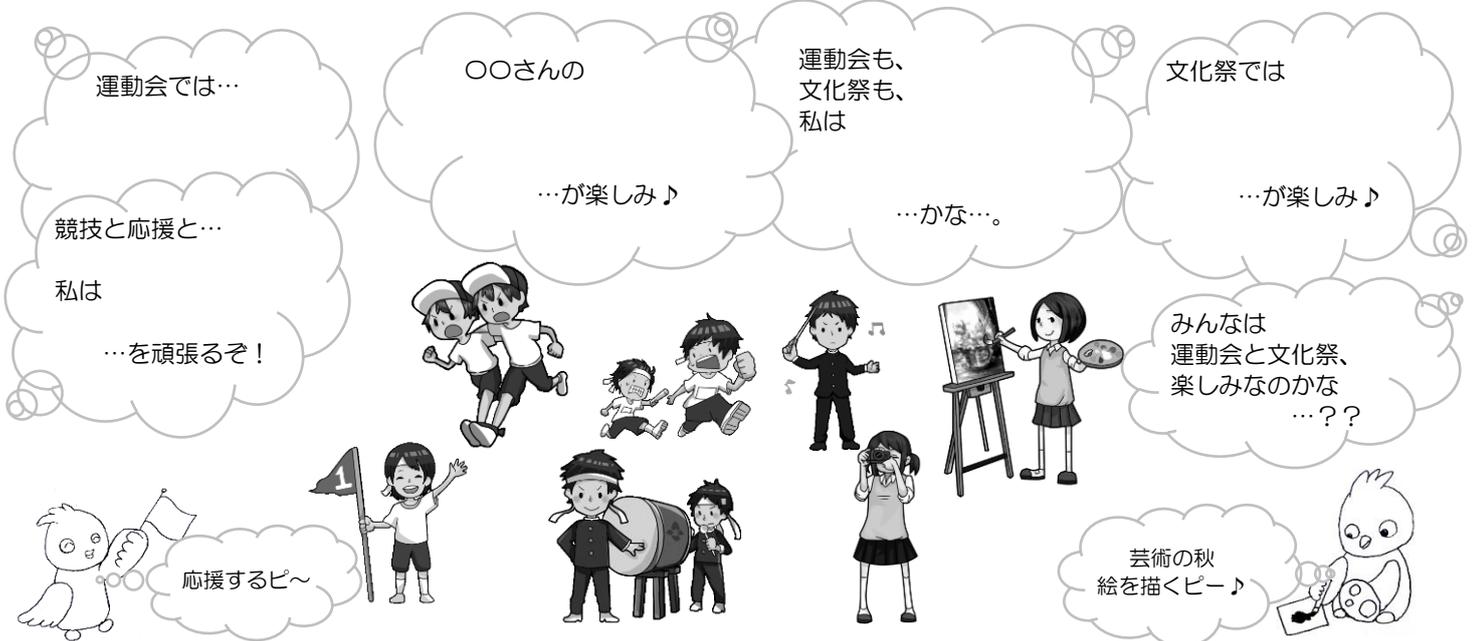


# 教育相談室から ～9月～

2学期が始まりました。夏休み明け、みなさんにとってはどんなスタートになったのでしょうか。補習があり、夏休みが短かったと感じる人もいるでしょう。運動会に向けて気持ちが盛り上がってきている人もいるでしょう。一方、夏休み気分を引きずっている人も少なくないでしょう。自分と似た思いの人とその思いを分かち合ったり、自分と違う思いの人に刺激を受けたりしながら、学校生活を楽しんでください。

## 2学期は学校行事が盛りだくさん！みなさんは楽しみ？

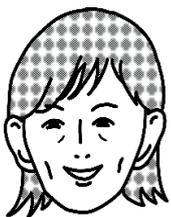


教育相談係では、それぞれの場所で、自分らしく輝けるよう、みなさんをサポートできればうれしく思います。教育相談室には、週1日程度はスクールライフアドバイザー（専門的な立場の先生で、教員ではありません）がいらっしゃいます。困ったことや気になることがあったり、話を聞いてもらいたいことがあったりするときには、気軽に教育相談室に来てください。

### 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）

- 【9月】5日(木)、13日(金)、20日(金)、27日(金)
- 【10月】8日(火)、11日(金)、18日(金)、25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！ 夏休みは、いかがでしたか？  
 ホットー息ついた人、部活に補習に120%燃えた人、進路実現に向けて動いた人等、それぞれに充実した時間を過ごせましたか。  
 さて、2学期がスタートしましたね。学校行事も目白押しです。「今年こそ楽しむぞ！」「だるいなあ〜」等いろいろな声が聞こえてきそうです。二度とない今の時間を自分なりに、楽しんでくださいね。また、「楽しむ」ためには、睡眠時間や朝食の確保、自分にあった気分転換を生活の中にとり入れ、身体や心に疲れをためこまないようにしましょう！特に「睡眠」には、脳や身体を休ませ疲労を回復する働きがあります。ぜひ、睡眠時間の確保を大切にしてください。睡眠や体調をはじめ気になることがあれば、どんなことでも気軽に相談にきてください。相談室では、傾聴しながら皆さんの力になりたいと思っています。 “♥”

