



ほほえみだより

奈良中学校 ほほえみ相談室 令和2年9月号



残暑厳しい毎日ですが、授業が開始され、生徒のみなさんの明るく楽しそうな声が戻ってきました。やっぱりこの笑い声に癒されるなあ~とわくわくしながら、みなさんの来室を待っています。夏休みも例年とは違って出かける頻度も少なく、お家時間が主流だったと思われるかもしれませんが、少しでも楽しめましたか？まだしばらくは自粛生活が続きそうですが、未来に希望や目標をみつけて、頑張っていきましょう。

夏休みが明けて登校することが苦しかったり、行きたくない気持ちが芽生えてしまったら、すぐに誰かに話しましょう。一人では解決できないことも、君のことを想うみんなで考えていきます。相談室もその一つです。勇気を持ってドアを開けてくださいね。



☆9月のスクールカウンセラー来校日☆

9月 8日(火)

9月29日(火)

専門の先生と話すことで違う角度からの見かたに気付くこともあります。
思い悩むことがあったら、遠慮なくご連絡ください。

「ほほえみ相談室」

開室時間 月曜日 ~ 金曜日
10時 ~ 15時30分



保護者の皆様へ

いつもと違う夏...子ども達も保護者の方も戸惑いや不安な気持ちが強かったのではないのでしょうか？帰省や旅行が制限され、先の楽しみが無い休みと言うのは、毎日に張り合いが無く、空虚に感じたお子さんもいたかもしれませんね。

特に3年生は進学に向けて、例年との違いにペースが掴みにくかったり、気持ちが揺れ動くなど不安定な様子はありませんでしたか？不安が大きいままで過ごしていると体に現れます。涼くなってきたら、気分転換と一緒に散歩して、たわいもないお喋りをしてみてはいかがでしょうか？並んで歩くことで普段言いにくいことでも、話しやすくなります。そして聞き上手になって、溜まっているストレスを吐き出させてあげましょう。ちなみに我が家の受験戦争の時は車の送迎中に一番大きな声選手権をやっていました(*^_^*)

