

さわやか相談室だより

No.2



川口市立青木中学校 さわやか相談室

令和7年9月26日

9月も半ばを過ぎ、運動会の練習も始まり、楽しくも忙しい日々が続きますね。と同時に夏の暑さの疲れか、何となくだるい、気分があがらない…そんな時期でもあると思います。まずはゆっくり身体を休め、睡眠と栄養をたっぷりとって下さい。

それでも何か気になって憂うつ、どうしたらよいかわからない、そんなときはぜひ相談室に立ち寄ってみてください。お腹が痛いときは薬を飲む、転んでケガをしたら応急処置をするように、心が‘困ったサイン’を出しているときは見逃さないであげて下さい。一緒に笑い、話をしているうちに、気持ちが楽になったり、解決策が見つかるかもしれません。相談室は‘病んだ人がいくところ’でなく、‘元気をチャージするところ’です。

みなさんが笑顔で有意義な日々を過ごせるよう、私たちはサポートしていきたいと思っています。

保護者の皆様もお気兼ねなく、相談室をご利用下さい。

～さわやか相談室の利用について～

*開室時間 月火木金 午前9時～放課時刻まで
水 午前11時～午後4時

(出張、会議等で開室時間に変更になることがあります)

*スクールカウンセラー 毎週木曜 午前10時半～午後4時半

*スクールカウンセラーへの相談は事前の予約が必要です。

直通電話 048-253-1383

スクールカウンセラー:田中綾子 相談員:佐々木隆美 小堀美緒

*生徒の利用は、原則休み時間、昼休み、放課後です。授業に影響しそうなときは先生に一報してから来室して下さい。

*学区の小学生、保護者の方も気軽にご相談下さい。