

# さわやか相談室だより

N0.3

令和8年1月13日

## 3学期を心身ともに元気に過ごそう

明けましておめでとうございます。

今年もさわやか相談室は、みなさんの学校生活をサポートするためにスタンバイしています。困ったとき、悲しい時、話したいとき、気軽に寄ってくださいね。心配事や不安に襲われたときに、人に相談するなど、誰かに助けやアドバイスを求める力を**受援力**というそうです。それも、大事な生きる力の一つですね。もちろん、自分で乗り越えていくわけですが、身体と同じように誰でも調子を崩すことはあるのですから、そんな時は選択肢の一つとしてさわやか相談室の利用を考えてみてください。

人生経験豊かな相談員、スクールカウンセラーがいつも笑顔でみなさんをお迎えします。

今年もよろしくお願いします！

### 新しいスクールカウンセラーが着任しました。

11月まで勤務していた田中綾子さんが、出産のため休暇となりました。3学期は、以下の予定で新しいカウンセラーが生徒、保護者のみなさんの相談にあたります。どうぞよろしくお願いします。

#### 氏名

川越 勝（かわごし まさる）

#### 3学期相談予定日

1月21日(水)、28日(水)、2月4日(水)、18日(水)、3月4日(水)、11日(水)、16日(月)、  
18日(水)、25日(水)

### 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

水曜日 午前11時 ～ 午後4時

＊相談員の出張などで多少時間がずれる日もあります。

相談員 さわやか相談員 佐々木 隆美

サポート相談員 小堀 美緒

スクールカウンセラー 川越 勝（3学期は上記の日程）

＊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

＊生徒の利用は、原則休み時間と昼休みです。授業に影響する時間は、先生の許可が必要です。

＊学区の小学生、保護者の方も気軽にご相談ください。