



2学期スタートです！

～自分のペースでゆっくりと～

御幸中

相談だより 2025年 9月



2学期が始まりました。充実した夏休みを過ごせましたか。夏休みには小松でも40度を超える日があり、9月になったとはいえまだ暑い日が続きそうですね。こんなときは身体だけでなく、心も疲れがち。なかなかやる気がでなかったり、ちょっとしたことで落ち込んだり……。ストレスをためすぎないように、“リラックスできる自分の時間”をぜひ作ってください。相談室にお話をしに来るのもOKです。最近イライラするな、ちょっと心が疲れたな、と感じたら、決して一人で抱え込まず、誰かを頼ってくださいね。



<2学期 中川スクールカウンセラー来校日>

9月 4日 (木) 午前 9月 11日 (木) 午後 9月 18日 (木) 午前

9月 25日 (木) 午前 10月 2日 (木) 午前 10月 9日 (木) 午後

10月 16日 (木) 午前 10月 23日 (木) 午前 11月 6日 (木) 午前

11月 13日 (木) 午後 11月 20日 (木) 午前 11月 27日 (木) 午前

12月 4日 (木) 午前 12月 11日 (木) 午後 12月 18日 (木) 午前

●午前の日 8:30~12:30

●午後の日 12:30~15:30

場所：1階 一度保健室に来て、伝えてね。



☆ちょっと疲れたな、もやもやするな、と感じたら遠慮せずに話しに来てくださいね。もちろん何もなくても、お話だけもOKです！

各学年の相談担当 1年 久保先生・本多先生 2年 古次先生

3年 南井先生 保健室 木田先生