

# ひだまり

## 2学期スタートです!

～自分のペースでゆっくりと～

御幸中

相談日より 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。もちろん何もなくても、お話だけでも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