



相談室だより



赤羽根中学校

スクールカウンセラー 三好 麻由

皆さん、明けましておめでとうございます。

いよいよ新しい年が始まりましたね。皆さんは、今年をどんな一年にしたいですか？
どんな小さなことでもいいので、今年やりたいことや目標などをどんどん書き出してみ
ましょう。文字だけでなく、絵で表現してみるのもいいですね。そして、書き出したも
のを自分の目にするとところに貼っておきましょう。

そうすることで、脳が自分の興味や関心のある情報を無意識に探し始めます。何がや
って来るのか楽しみです♪また、文字や形にすることで意欲が湧き、達成感を得るこ
ともできます。

年が明け、年度替わりまで残り3ヶ月となりましたが、やり残したことはないでし
ょうか？やらずに後悔するよりも、やって後悔した方が気持ち的にスッキリすること
もあります。今しかないこの一瞬一瞬を大切に、日々を過ごしていきましょう♪

【 スクールカウンセラー来校日 】

1/20(金)、1/26(木)、2/2(木)、2/9(木)、3/2(木)、3/9(木)

【 場所 】 赤羽根中学校 心の教室（生徒昇降口正面）

【 時間 】 10：15～17：00のうち1時間程度（相談の最終開始時刻16：00）

【 予約方法 】 担任の先生もしくは教育相談コーディネーターの廣江先生に相談希望日時
をお伝えいただくか、学校（0467-53-2011）にお電話してください。

コロナ感染予防や仕事などで学校に来られない事情がある場合、お電話での相談もお受
けいたします。初回はお越しいただきたいところですが、難しい方もいらっしゃると思いま
すので、その旨をお伝えいただければと思います。お電話での相談も、面接と同じく予約し
ていただき、予約した日時に心の教室直通電話（0467-53-4395）までお電話ください。

