



2学期が始まりましたね！

みなさん、こんにちは。夏休み中は元気に過ごせましたか？ 「こころ」と「からだ」の疲れを癒す（いやす）ことはできたでしょうか？ 夏の疲れや一日の気温差があるこの時季は、体調を崩しやすいので夜更かし（よふかし）をせず、早めに寝て体を休ませるようにしましょう。体調の悪い人は、早めの手当てと休養で長引かせないようにしてくださいね！ 2学期も元気に学校生活を送りましょう。みなさんを応援しています。



そして もうすぐ文化祭



みなさんは、夏休み中からクラスのみならず協力し合い、文化祭の準備や練習を頑張っていますね！ そんなみなさんを見て「当日は、どのクラスも日ごろの練習の成果を発揮して、きっと素晴らしい舞台になるだろうな。」と、今からとても楽しみにしています。

みなさんひとりひとりが、充実感や達成感を味わい、いつまでも心に残る感動ある文化祭となるよう願っています。

相談員のつぶやきコーナー

『一人で悩まないでくださいね！』

『みんなといっしょに話したり、笑ったり
しているけれど、本当は楽しくないなあ…』
なんてことはありませんか？

ふと、おもいきり笑っていない自分に気づくことってありませんか？もしかしたら、何か心配や悩みがあるのかもしれないですね。

そんな時は「こんなことを相談したら恥ずかしい…」とか「相談をしても無駄！」などと思わず誰かに相談してくださいね。自分の気持ちを誰かに話して、聴いてもらえたらすっきりすることもありますよ。「話すのはちょっと…」という人は、手紙にしてみてもどうですか？ 大切なのは、一人で抱え込まないことです。



悩みに『大きい』『小さい』はありません。
相談室で、いつでも待っています。



相談室よりお知らせ

◆スクールカウンセラー来訪日◆

- ☆9月 6日（火）
- ☆9月27日（火）
- ☆AM10：15～PM4：50

◆新井淑則先生来室日◆

☆毎週 火曜日・金曜日の放課後

来室日・来室時間等は、変更になる場合がありますので、ご了承ください。

相談を希望される方は、さわやか相談員までご連絡ください。

☎66-0027（長瀬中学校）
内線・6 野崎

