

# 相談室だより No.2

平成29年5月 8日  
川口市立岸川中学校 相談室  
直通電話 268-4510

緑薫るさわやかな季節になりました。新学期を迎えてそろそろ1ヶ月、新しい先生、新しい友達にはもう慣れましたか。新しい生活は誰にとっても不安です。張りつめた気持ちに疲れが出てくる頃かもしれませんね。「ちょっと一息」も大事にしつつ、自分のペースで進んでいきましょう。

そして、屋外での活動が気持ちよい季節、体育の時間や昼休みには思いきり身体を動かして気分転換をし、学習にも集中できるようにしましょう。

## ふと気がつくこんな症状はありませんか

人と話したくない・やる気がでない・楽しくない・友達といると疲れる・  
ちょっとしたことでイライラする・簡単なことができなくなる

これは精一杯頑張っていた心と身体の手紙です。相談室に来てそっとお話してみませんか。

## 相談室の利用について

- 開室時間：月・水・木 9：30～14：30 ※学校行事や相談員の都合で開室時間を変更することがあります。  
火・金 9：30～16：00
- 利用方法：岸川中生は昼休み・放課後の利用です。  
放課後は部活動の先生の許可をもらってください。  
相談があるときは予約をしてください。
- ☆スクールカウンセラーが隔週木曜日に来校します。予約制となりますので、相談室に直接予約をするか、学校の先生を通して予約をしてください。  
時間は10：00～15：00 1回につき1時間程です。 **直通電話 268-4510**

### 山崎優子スクールカウンセラー来校日

気になること、心配なことがありましたら、どうぞご相談ください。

※5・6月の来校日は以下のとおりです。

5/11(木)・5/25(木)・6/8(木)・6/22(木)

### 5月の開室時間変更日

5/12(金) 9：30～14：30

5/18(木) 9：30～12：30

5/22(月) 9：30～12：30

5/23(火) 9：30～14：30

### <小学生の保護者の皆様>

学校行事や日々の生活の中で、お子様の成長を実感されているのではないのでしょうか。それと同時に戸惑いや心配事も出てくるかもしれません。「こんな相談してもよいのかな」と感じたとしても、抱えている悩みは人それぞれです。「困った、誰かに相談したい」そんなときには、ぜひご利用ください。

個人の秘密は必ず守ります。安心してご利用ください。

✿相談室は2箇所あります。

相談室(1)へお越しください。

