

新しい年が始まりました。

新しい気分で何か新しいことを始めようとしている人もいるかもしれません。

でもうまくいかなくともやめやすることもあるナリ。

行きつまつた時には読みやすい本を開いてみるのもいいですね。

NO IMAGE

先日学校の図書館でステキな本を見つけました。

『いつも隣に座るペンギン』です。

温かい飲み物を手にしたペンギンの語りかけてくる言葉が
じわっとしみる。そんな本です。

その中から、私の心にくうときた言葉を
紹介します。



力を抜こう。
全力を出すために。

始めるコツ?
まず始めることがほしい。

遠回りして? いいね。
それだけ景色を
たくさん見られることがほしい。

まだ終わってない?
だいいじょうぶ。
ちゃんと進んでるよ。

他人が上に
いるように見えても、
登る山が違う可能性があるよ。

何もできなかったじゃない?
ちゃんと休むことができたって
思えばいい。

★ カウンセラーの先生方が来校されます ★
カウンセラーの先生方が来校されます。「誰かに話を聞いてほしい」「辛いけれど、どうしていいか分からない」という人は、ぜひ先生方に相談してみてください。秘密は守られますので安心してください。

《カウンセラーの先生との1月の相談日》

●スクール相談員

1月9日、13日～14日、19日～21日、23日、27日～28日、30日
13時10分～16時50分

●スクールカウンセラー（公認心理師）

1月19日（月） 15時05分～17時05分
1月 9日（金）、16日（金）、30日（金） 17時50分～19時50分

★生徒のみなさんへ…面談は予約制です。HR担任、教育相談係（教育相談室：本館1階）、養護教諭（保健室：本館1階）の先生のいずれかに申し込んでください。

★保護者のみなさまへ…カウンセラーの先生との面談は、保護者の方のみでも受け付けています。お申し込みは、担任または特別支援教育コーディネーター（芦刈・前田）までお願いします。

電話番号は（058）275-7185です。どうぞお気軽にお申し込みください。