



初心忘るべからず！

新年度がスタートして、もうすぐ1ヶ月になりますが、新しい生活は順調に送れていますか？1年生の皆さんは中学校の生活に早く慣れ、自分のペースを見つけて生活できるように心がけていきましょう。

2、3年生のみなさん、先輩として、長野中学校をリードしてくれることを期待しています。また新しいクラスでの活躍を楽しみにしています。

入学、進級という、新しいスタートで感じ、考えたことを忘れずに、日々過ごしてください。

~~~~~

### \* さわやか相談室の利用について

- ・学校生活、友人関係、家庭、その他のことで悩んでいる。
- ・心配なこと、わからないことがある。どうしたらいいの？
- ・家族や友達には言えないけれど誰かに話を聞いてほしい。
- ・なんだか気持ちが不安になる。「イライラ」「ムシヤクシャ」「ムカついた」ということがあったら相談室に来てみませんか？こんなことで行っているの？なんて考えずに早めに解決できるよう一緒に考えていきましょう。

### \* 相談員の紹介

・さわやか相談員

はらぐちゆきえ  
原口亨江

たにひらゆりえ  
谷平有理江

・スクールカウンセラー

わかやまゆかり  
若山由賀里（金）



### \* 利用時間

1. 月～金（午前10時～午後4時30分）
  2. 休み時間・昼休み・放課後（部活動を優先としますが、相談のある場合は利用できます。顧問の先生に連絡をしてください。）
  3. 授業中・清掃中は利用できません。
- \* 予約をすると・・・約束した時間に安心して相談ができます。

### \* 保護者の方へ

さわやか相談室では、保護者の方からの相談も受け付けております。思春期のお子様の心を理解しながら支えていくうえで、こんな時はどうしたらいいのだろう……？と感じたり、お子様の変化に気付いたら早めに対応することが早期解決につながります。お気軽にご連絡ください。

TEL 555-0151(相談室直通)

☆皆さんに気持ちよく利用してもらえるよう協力してください。

