



## 充実した2学期にしよう！

長いと思っていた夏休みも終わってみるとあっという間でしたが、2学期のスタートは順調ですか？緊急事態宣言が発令されているためいつもの学校生活とは少し違っていています。午後のリモート授業といった新しい試みも始まって慣れないことに戸惑っている人もいるでしょう。何事にも前向きな気持ちで取り組む姿勢を大事にしましょう。

朝晩がだいぶ涼しくなってきましたが、体調を崩すことのないよう十分に注意しましょう。もし、悩みや心配なことがある人はいつでも相談にきてください。

～．

### 会話の大切さ

コロナ禍の生活もだいぶ長くなってきました。不要不急の外出はなるべく避けるということで、家にいる時間が増えていますが、家族でしっかり会話をしていますか？自分の聞きたい話を聞くだけでなく、相手が話したいと思っている時に親身になって話を聴き、しっかり向き合う時間を持ちましょう。一緒に過ごす時間が増えたことで、普段は仕事で忙しい保護者の方もお子さんの声に耳を傾けることを心がけてみてください。

### 生活を見直してみよう

- 1、規則正しい生活ができていますか？  
(夜更かしをして朝起きるのがつらいとかはないですか？)
- 2、学習に集中できていますか？
- 3、友達との関係はうまくいっていますか？
- 4、家族と会話をしていますか？



☆体調が良好でないと、気持ちが落ち込んだり、やる気が起きなかったりします。トゲトゲしていると気付かないうちに周りの人を傷つけてしまっているかもしれません。まずは元気にあいさつを試みましょう。

☆山口相談員が都合により退職されましたので新しい相談員の方を紹介いたします。  
野島 <sup>みさお</sup>操 (月 水 木) 皆さんの朗らかな様子を楽しみにしています。

原口 <sup>ゆきえ</sup>亨江 (火 水 金)