

## さわやか相談室だより No.4

令和5年12月20日

新座市立新座中学校

校長 金子 文春

さわやか相談員 白井 裕子

スクールカウンセラー 三好 麻由

スクールソーシャルワーカー 相京 幸代



体育祭、合唱祭と行事の多かった2学期もまもなく終業式を迎えます。心に残る行事を通して、仲間と同じ目標に向かう素晴らしさや感動、達成感を得られたことと思います。それらはみなさんの大きな宝物。これから何かで悩んだり、辛いなと思ったりする時もあると思いますが、みんなで心をつにじた経験や感動は、きっとみなさんを強くしてくれているはずです。

さて、新しい年もそこまでやって来ています。新年に「今年はどんな年にしよう。」と、一つでいいので何か自分の目標を決めてみませんか？その目標に向かって進むことは、充実した一年に繋がると思います。例えば、「今年は本を何冊読もう。」とか「お小遣いをこれくらい貯めてみよう。」また、「〇〇に挑戦してみよう。」など。自分が何をしたいのか？どんな人になりたいのか？もし、一人で考えても思い浮かばない時は、冬休みに家族や親戚、友達と話してみるのも新しい発見があるかもしれません。

休み中も規則正しい生活を心がけ、体調に気を付けて、3学期の始業式に元気にお会いしましょう。



今年も保護者・地域の皆様には、さわやか相談室の運営にあたり、ご理解とご協力をいただきまして心より感謝申し上げます。

来年もさわやか相談室では、新座中学校区内小学校も含めて相談業務を引き続き行ってまいります。児童、生徒の相談だけでなく、保護者の皆様からのお子さんの学校や家庭でのお悩みなども受け付けておりますので、先ずはお気軽にお電話ください。☎048-478-0005（相談室直通電話）開室時間は月曜日から金曜日 9:30～16:30 となっております。

### 冬休み中のさわやか相談室利用について

- 年内は12月25日（月）9:30～16:30まで開室しております。（スクールカウンセラーの来校はありません。）
- 3学期は令和6年1月9日（火）の始業式の日より開室いたします。

#### ★スクールカウンセラーに相談してみませんか？

スクールカウンセラー 三好 麻由（みよし まゆ）先生

来校日は水曜日で3学期の予定は以下の通りです。

1月：10日、24日

2月：7日、21日

3月：6日

※予約制になります。相談室にお問い合わせください。☎048-478-0005

