

相談室だより

2022年 2月
姿川中学校 相談室
文責 宮本



皆さん、こんにちは。2月3日(休)は節分の日、皆さんは節分行事の豆まきはしましたか？節分の豆を年齢の数だけ食べて無病息災を願う、ということをする人もいますね。私も少しだけ食べました。大豆は良質なタンパク質やビタミン、カルシウム、食物繊維などを豊富に含んだ栄養価の高い食品です。今年一年の自分自身はもちろん、周りの人の健康を祈りながら豆を食べてみてください。病気に負けない強い体と心を目指しましょう！



がんばれ
受験生！



相談室は皆さんの休憩場所です。友達のこと、勉強のこと、家族のこと、どんなことでも話してください。話すのが難しい・・・という人、相談室で息抜きだけに遊びに来てくれるだけでもいいです。

月＆木曜日の昼休み、家庭科準備室で待っています。ふらっと寄ってみてくださいね。
(先約の人がいたら扉が閉まっています、その時はごめんなさい！)

じっくり話をしたい人は、月曜3時間目＆木曜3・4時間目に、担任の先生に予約を取ってもらい来てくださいね。



臼田スクールカウンセラー・宮本メンタルサポーター 出勤予定表

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
南校舎3階 家庭科準備室 3・4時間目は 予約制 昼休みは自由	南校舎1階 相談室 9:00～ 17:30		南校舎3階 家庭科準備室 3時間目は予約制 昼休みは自由	
	2月1日 臼田・宮本	2	3	4
7 宮本	8 臼田・宮本	9	10 宮本	11 建国記念の日
14 宮本	15 臼田・宮本	16	17 宮本	18
21 宮本	22 臼田・宮本	23 天皇誕生日	24 宮本	25
28 宮本	3月1日 臼田・宮本	2	3 宮本	4
7 宮本	8 臼田・宮本	9	10 卒業式 宮本	11
14 宮本	15 臼田・宮本	16	17 宮本	18
21 春分の日	22 臼田・宮本	23	24 修了式 宮本	



☎相談直通電話 028 (658) 3338 火曜日9:00～17:30予約制
お電話での相談も受け付けております。事前にご予約ください。

