

教育相談だより

令和5年度
冬号・1月
陽西中学校

新しい年が始まりました。今年も心健やかに過ごしていきましょう。

まだまだ寒い日が続いています。

まだまだインフルエンザの季節です。心と体は繋がっています。規則正しい生活など、心身の健康第一で自分でできることを、日々重ねていきましょう。充実した学校生活の中で、一緒に小さな発見や幸せを見つけていけたらと思います。

まだまだ寒いから、雪が積もる日がくるかな…

DNA

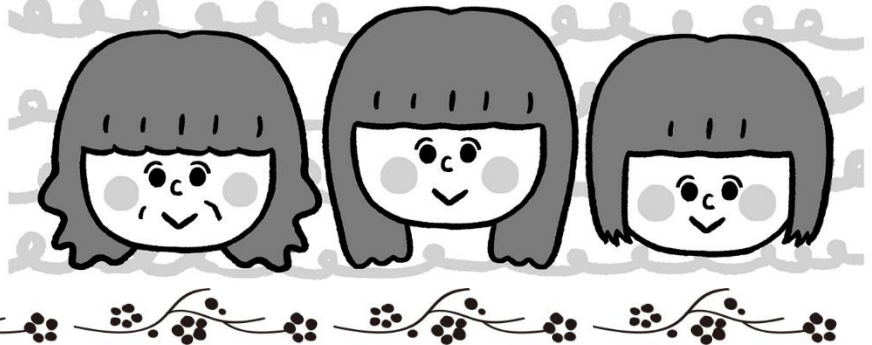
の話し

遺伝子について、知っていますか？ 遺伝子は、生命の設計図であり、祖先からの形状や性質を受け継ぐ重要な役割を果たしています。実は、体の中で眠っているとされる遺伝子は数多くありますが、本人の心の状態をきっかけに、スイッチが入

ることが分かっています。

あなたには、今、夢中になっているものがありますか？ 心が好奇心に満たされ、わくわくドキドキしていますか？ そうした

好きなもの、興味のあるものが、遺伝子のスイッチをONにしてくれます。人生でやりたいことをするために、健康に気を付けつつ、頑張っていきましょう！



※心の中にモヤモヤ（悩み）はありませんか？

相談したいことだけではなく、聞いて欲しいことでもいいです。

担任や学年の教職員を始め養護教諭、心の専門家（スクールカウンセラー）、MS（メンタルサポーター）などに気軽に声を掛けてください。

《SC（スクールカウンセラー）臼田先生の勤務日》

木曜日（3・4・5・6時間目）に、勤務をしています。

生徒自身はもとより保護者の方でお子さんのことで心配なことは、小さなことでもお気軽にご相談ください。

1月11日（木）・1月18日（木）・1月25日（木）AM ・2月1日（木）・8日（木）
15日（木）AM・22日（木）・29（木）・3月7日（木）・14日（木）

☆申し込むには・・・学級担任、またSCM（スクールカウンセラーマネージャー）の鶴田（養護教諭）までお知らせください。期日・時間を、調整します。

陽西中学校 ☎622-2328

《MS（メンタルサポーター・心の相談員）齋藤先生の勤務日》

火・木・金（3・4時間目）に、勤務をしています。

話を聞いてくれます。つぶやきでも大丈夫です。相談ポストを使っても、直接MSに申し込んでもいいです。