



新年度がスタートしました。たくさんの「新しい」に出会うので、しばらくの間は、ワクワクとドキドキで心が忙しい毎日だと思います。自分だけではなく、周りの友達や先生方も同じです。あせらずに自分のペースで少しずつ慣れていきましょう。



保健室・相談室からも、皆さんを精一杯応援していきます。どうぞ気軽に声をかけてください。よろしくお願いします♪



今年も「朝の健康チェック」をお願いします

今年度も新型コロナウイルス感染症の予防のため、毎朝の検温と健康状態の自己チェックをし、Classi(クラッシー)への入力をお願いします。息苦しさや強い倦怠感、高熱、発熱や咳などの風邪症状が続くときは、かかりつけ医に電話で相談した上で受診をお願いします。

保健相談担当です。よろしくお願いします

1年間どうぞよろしくお願いします。



保健室担当の先生方

川端 孝博(保健体育)

北村 哲子(理科)

宮森 育代(養護教諭)



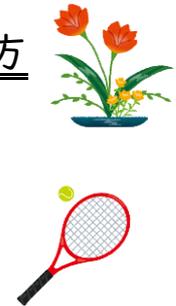
相談室担当の先生方

宮野 敦子(英語)

中川 涼花(理科)

小林 由美子(英語)

黒川 萌子(スクールカウンセラー)

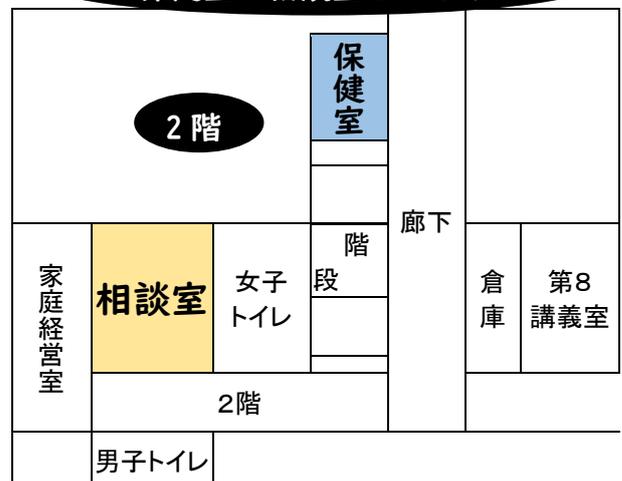


学校三師のご紹介

健康診断等でお世話になります。

- ◎学校医: 石田 雅樹 先生
(上小松クリニック)
- ◎学校歯科医: 安井 敏成 先生
(安井デンタルクリニック)
- ◎学校薬剤師: 高林 大輔 先生
(ふたば沖町薬局)

保健室・相談室はこちら



今年度もスクールカウンセラーの先生が毎週(水曜日)に来校されてカウンセリングを行ってくださいます。心配なことがあれば、遠慮せずに相談してください。

☆ こんにちは、この学校の相談室にいるスクールカウンセラーです ☆



私もあなたも、たとえそれが家族であっても、みんな違う人間同士。それぞれ感じ方も考え方も違います。

だからこそ、悩んだり、ケンカしたり、モヤモヤと何か言葉で表現できないものを心の中に抱え込んだりすることは、とても普通なことです。

家族や友達、身近にいる人にはなかなか言えないあなたのキモチ、試しに相談室でお話ししてみませんか？

あなたの来室を、待っています。

くろかわ もえこ
・名前は、**黒川 萌子**

(臨床心理士、公認心理師)です。

・普段は、本校の相談室にいます。

・出会える曜日と時間は、

毎週水曜日の13:00~16:00です。

(※ただし、定期テスト期間中や夏休み・冬休みなどの長期休み期間中など、行事によっては不在の時もあります。すみません。)

・面談(相談)できる人は、

生徒・保護者・先生です。

(※相談の内容は絶対に秘密にします。ご安心ください。ただし、校内での情報共有が必要な内容と判断した場合は、相談に来た人から許可をもらった上で、先生方とその情報を共有します。)

・面談は(基本)**予約制**です。相談を希望の人は、**担任の先生**か**教育相談室の先生**まで連絡をお願いします。

保護者の方は学校までご連絡ください。

☎ 0761-21-8545



☆ “ことば”を大切にしたら人間関係が作れるといいですね! ☆

生き物は、温かくて柔らかいものを好きになるようにできています。初めての人と仲良くなる時は特に自分の言葉や表情に注意して、お互いに嫌な気持ちにならない付き合い方をしていきましょう。

ふわふわ ことば

➡ 言われると うれしい言葉

・「おはよう、こんにちは、バイバイ、またね。」などの、あいさつ。(笑顔があれば、なお良い。)

・ごめんね(ごめんなさい)。よかったね。

・(いつも)ありがとう。 など



ちくちく ことば

➡ 言われると 傷つく言葉

・「死ね。殺すぞ。ウザい。消えろ。」など、

・デブ。チビ。ブス。のろま。ハゲ。グズ。

・バカ。あほ。まぬけ。キモイ。

・ムカつく。うるせーな。 など

