

七尾中学校のみなさまへ

令和7年7月

スクールカウンセラーだより

七尾中学校のみなさん、こんにちは！

スクールカウンセラーの板橋 真紀(いたばし まき)と申します。

現在は公認心理師としての活動と併せ、大学では脳神経についての研究も行っております。

勉強や部活動など多忙な日々の生活の中で、なんだか気持ちがすっきりしない、困っていることの解決方法がわからない・・・などといったモヤモヤ感を抱えていませんか？

スクールカウンセラーは、生徒のみなさんや保護者の方などからお話を伺い、問題の解決に向けて一緒に考えるお手伝いをいたします。



【相談日】 月曜日 午後1時～午後5時
火曜日 午後2時～午後5時

【場所】 相談室3



* 面談を希望される場合には、担任の先生や相談担当の石田先生、養護教諭の川上先生に相談したい旨を伝え、日程を調整していただきましょう。

どんな些細なことでも構いませんので、お気軽に来室してください。お待ちしております。



もうすぐ夏休み！

夏休みは自分自身とゆっくり対話をするのできる絶好の機会です。

自分の「こころ」がワクワクすることを見つけ、探究する機会をつくってみてください。

「人生は奇跡ではない。軌跡である。(種田山頭火)」

この夏休み、みなさんはどのようなことを考え、どのように行動をするでしょうか。

あなたの歩く軌跡が2学期以降の変化をもたらすかもしれませんね。

充実した夏休みをお過ごしください。

