

スクールカウンセラーだよ！ 2023



七尾市立七尾東部中学校

1月号

新しい年となり、良いスタートがきれたでしょうか。

今回は、「しなやかな心を育むーサポーターに気づく①」について紹介します。



サポーターに気づこう

今後の来校予定 * (火)(金) 午後1時半～4時半

<1月>

24日 27日 31日

<2月>

3日 7日 10日 14日 17日 21日 28日

あなたのまわりには、あなたを支え、守り、助けてくれる「サポーター」がたくさんいます。そのことに気づけば、不安でさびしい気持ちがやわらぎます。心が強くなって、勇気がわいてきます。

とくに、毎日の食事をつくってくれ、あなたの世話をしたり、しかってくれたりする人。生活のために働いて収入を得ている人。可愛がってくれる人。けんかもするけど、たくさん遊ぶきょうだい、そう、家族ですね。あなたのもっとも身近でもっとも心強いサポーターです。

サポーターの絵(イラスト)を書いてみましょう



- ① まん中に自分の顔と名前を書きます。
- ② まわりに家族やいっしょにくらしている人(ペットも)の顔と呼び名を書きます。

自分を見守ってくれるサポーター（家族）