

# スクールカウンセラー便り

令和6年8月26日

生徒の皆様

枚方市立津田中学校  
スクールカウンセラー 丸山友久

津田中学校の皆さん、こんにちは。スクールカウンセラーの丸山です。

夏休みも終わり、二学期が始まりました。皆さんはどんな夏休みを過ごしましたか？

「まだ夏休みがいい！」といった声が聞こえてきそうですね。気持ちはよくよく分かりますが、切り替えていくしかありません（涙）。

長い休みの中、生活のリズムもいつもと違ったと思います。気持ちは学校モードを ON にしようとしても、身体が付いてこないことが起きがちです。「いつもと違う感じがする」「よく分からないけどしんどい」と感じるなら、それは「大したことじゃない」と思わないでください。

人にはなかなか言えないことがあればぜひ、相談に来て欲しいと思います。毎週月曜日に出勤しているので休み時間に管理棟3階の心の教室へ来てもらうか、担任の先生に相談したいと伝えてください。少しでもしんどい気持ちが軽くなる手助けができればと思っています。

保護者皆様

保護者の方の相談も承っております。学校のこと、勉強のこと、友だちのこと、発達のことなど、お子さまのことで何かご心配や気になることがあれば、ご相談ください。申し込みは月曜日に直接お問い合わせいただくか、学校へご連絡ください。相談内容は厳守いたしますので安心してご相談ください。

## ○相談時間

月曜日 9時45分～16時30分

## ○場所

管理棟3階 心の教室（相談室）

## ○二学期の在校日（月曜日）

9月2日、9日、30日

10月7日、21日、28日

11月11日、18日、25日

12月2日、9日、16日、23日

## ○相談申込方法

学校へお電話でお問い合わせください。

050-7102-9200（9時～17時 土日祝日を除きます）