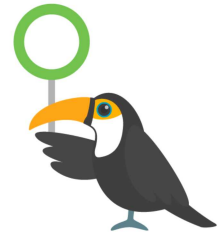




1年生は新しい環境の中で、2・3年生は次なる目標に向かって、それぞれスタートを切ったことと思いますが、この1か月はいかがでしたか？

動いている間は、自分の状態には気づきにくいものです。ちょっと立ち止まって、頑張った自分をほめたり、疲れた自分を癒やしたりしてみましょう。鳥も時々、木の枝に止まって羽を休めます。少し休んでまた羽ばたく鳥のように、みなさんも自分の状態を確認しながら日々を送るようにしてください。

おすすめは、一日の終わりに、自分自身に尋ねてみることに。お風呂や布団の中など、リラックスできる場所ならばいつでもOK！何が楽しかったのか、どうしてイライラしたのか、自分の気持ちや考え、状態を確認してみましょう。



一人で確認するのが苦手な人は、家族や友人に話を聴いてもらいましょう。自分ではよく分からない場合も、話している内に自分の気持ちに気づいたり、少し楽になったりするものです。自分との対話、他者との対話を通して、気持ちをほぐす時間（「とまり木」に止まる時間）を大切にしてください。

教育支援課は、さまざまな場面でみなさんの学校生活をサポートします。

染矢 貴厘子：国語・自立活動・教育相談
（特別支援教育コーディネーター）

田中 あゆみ：自立活動
（特別支援教育コーディネーター）

大高 志乃：養護・教育相談

稲垣 英子：教育業務支援員

鶴井 恭子：教育業務支援員

元野 好美：教育業務支援員・自立活動

沖 留美子：スクールカウンセラー

上甲 奉文：理科・3学年主任

栗本 秀樹：体育・2学年主任

村上 由理：家庭科・1学年主任



沖先生の来校日（5月）

5月 7日（水） 10:00～14:00

5月14日（水） 10:00～14:00

5月22日（木） 10:00～14:00

場所：教育相談室（本館2階会議室手前）

＊現在、1年生を対象に、昼休みを利用して面談を進めています。早めの面談を希望する場合は、教育支援課まで連絡をください。

＊2・3年生で面談を希望する場合も、遠慮なく申し出てください。



心に響く言葉

「物事にはすべて理由があり、原因があると思います。その原因を自分で探して向き合うことによって、自分が今何をすべきかということが見えてきます」

（宮里藍・プロゴルファー）