



さわやか相談室だより



令和5年5月9発行 第2号 行田市立南河原中学校
さわやか相談室 (直通) 048-557-0302

新学期が始まって1ヶ月が経ちました。皆さん、それぞれ立場が変わりましたが、慣れましたか？
気温が高い日も増え、また、5月の連休明けは、体調を崩しやすい時期でもあります。そして今年は、
体育祭が6月に実施となり、練習や準備で忙しいと思います。そんな中、生活全般でよりよい成果を発揮
するには、やはり規則正しい生活が大切です。この時期、特に気をつけて過ごしましょう。

相談室よりみなさんへ

4月からこの学校のスクール
カウンセラーとなりました。

これまで続いていた新型コ
ロナウイルス感染防止対策が
変わってくることで学校生活
も変わってくることでしょ
う。その変化をどう感じるかは
人それぞれです。人によっては、
そのためにいろいろな悩みや
不安などを抱えるようになる
かもしれません。

はっきりしないモヤモヤし
た気持ちなども聞かせてもら
えるとうれしいと思います。

スクールカウンセラー



やまだ こういち
山田 耕一

みなさんは、大好きで夢中
になれる「何か」を持ってい
ますか。それはアイドルでも、ス
ポーツでも、アニメでも、ゲー
ムでも何でもいいのです。大
好きな事は、あなた自身を豊
かに強く保ってくれます。

もし、いつか辛いことや壁に
ぶつかったりしても、それはき
っと海に投げ出された時にし
がみつけるブイのように、辛
い現実にも溺れそうな自分を
救ってくれます。もしよかつ
たら、あなたの夢中になっ
ていること、教えてね。

さわやか相談員



のむら ふさこ
野村 房子

さわやか相談室は、悩みや
不安を相談する場所ですが、
それだけではありません。
「相談」と構えず、「誰かに話
を聞いてほしい」「話をすれ
ばスッキリするかも」など
という気持ちがあったら利用
していいのです。

相談することで少しでも気
持ちが軽くなるのであれば、
また、単に話すことで明る
く前向きになれるのであれば、
足を運んでみてください。

今日も、みなさんが笑顔で
過ごせますように。

さわやか相談員



せきぐち ゆか
関口 由香

スクールカウンセラー来校日

【1学期の予定】

5月16日(火)・30日(火)

6月13日(火)・27日(火)

7月11日(火)

山田先生にお話を聞いてもらいませんか？

保護者の方は電話にて御連絡ください。

生徒のみなさんは昼休み・休み時間に

相談室へ来てください。



1年生相談室面談

1年生のみなさんとコミュニケーションを
とるきっかけづくりにしたいと思います。
楽しみに待っています。

《日時》5月8日(月)～5月25日(木)

昼休み10分程度

《場所》さわやか相談室

