

# ほほえみ

輪之内中学校教育相談室

2021. 9. 28 (火)

NO. 5

皆さん、こんにちは。



朝晩は随分涼しくなり、過ごしやすい季節になりました。しかし、日中の寒暖差が大きいので、体調管理には十分気をつけてください。中でも、心の健康は『食事』とも関係があります。栄養バランスのよい食事や規則正しい生活習慣を心掛け、心の調子も整えていきましょう。

さて、皆さんは「オンブズパーソン（第三者機関）」という言葉を知っていますか。

相談室は、親でもない・先生でもない・相談員が第三者の立場で、皆さんの不安や心配な事を聞いたり、架け橋となったりすることができます。困ったことがあれば一人で悩まないで、一緒に考えていきましょう。



全校の皆さんが、残り半年間をすこやかに生活できることを願っています。

## 10月 教育相談室 相談員担当予定

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
河村カウンセラー					10:15~16:45		
葛原相談員							
三輪相談員					9:00~16:45		
	4	5	6	7	8	9	10
河村カウンセラー					10:15~16:45		
葛原相談員				9:30~16:00			
三輪相談員	9:00~15:00	8:45~16:30	9:00~15:00		8:45~16:30		
	11	12	13	14	15	16	17
河村カウンセラー					10:15~16:45		
葛原相談員				9:30~16:00			
三輪相談員	9:00~15:00	8:45~16:30	9:00~15:00		8:45~16:30		
	18	19	20	21	22	23	24
河村カウンセラー					10:30~17:15		
葛原相談員				8:30~15:00			
三輪相談員	9:00~15:00	9:00~15:00	9:00~15:00		8:45~16:30		
	25	26	27	28	29	30	31
河村カウンセラー					10:15~16:45		
葛原相談員				9:30~16:00			
三輪相談員	9:00~15:00	8:45~16:30	9:00~15:00		8:45~16:30		

※上記の予定は変更になる場合もありますので、相談される方は養護教諭にご確認ください。