

ほほえみ

輪之内中学校教育相談室

2021.11.29(月)

NO. 7



皆さん、こんにちは。

期末テストや実力テスト、各学年の研修活動が終わりました。きっと、たくさんの学びと思い出作りができたと思います。

さて、皆さんは、頭痛などで朝起きられないことはありませんか？朝の頭痛や体のだるさは、思春期の中学・高校生の時期に多くみられる症状の1つです。それぞれ異なる原因はありますが、血流不足でやる気が出ず、横になることで少し楽になる体質でもあるそうです。もちろん、体質なのでなりやすい人となりにくい人がいます。

決して怠けているのではないので、周りにそんな体質の友達がいたら「無理しないで」「だいじょうぶだよ」「力になれることはない？」など、温かい言葉をかけられるといいですね。

もちろん、学校での生活がスムーズにできる様に、相談室もうまく利用してください。



12月 教育相談室 相談員担当予定

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

※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。