



城端中学校 相談室だより

令和7年11月号

学習発表会、合唱コンクールが大成功に終わり、皆さんの表情からは自信と達成感が伺えます。一人一人が協力し築き上げた団結力は、これからの城端中をさらに発展させていく礎となったと思います。今後は、自分自身を見つめなおし、一回り成長した人になれるよう、いろいろなことを学び努力していきましょう。

11月には、担任の先生との教育相談があります。ちょっと気になっていることや悩み等、遠慮せず、どんなことでも先生に話をしてみてください。きっと心が軽くなりますよ。そして、学校生活をさらに充実させていきましょう。

ストレスと上手につきあうということは・・・



①ストレスを悪いものとして決めつけないこと。自分でストレスサインに気付いたり、ストレスをため過ぎない方法を考えたりするといいですよ。

②「誰かに話してみる」「誰かに相談する」「誰かに助けてもらう」といった、他の誰かの助けを借りるということ。（これをサポートを受けるといいます）

私たちは一人で生きているわけではありません。他の誰かと共に生きていく存在です。「ストレスとつきあう」といって、一人で頑張るのではなく、誰かのサポートを受けながら「ストレス」とつきあっていけばいいということです。

学校で実施している教育相談は、まさにこのためでもあります。教育相談の期間だけではなく、どんな時でも困ったことがあったら、他の誰かの助けを借りればいいのです。

11月

月	火	水	木	金
3 文化の日	4 中山支援員 9:00-12:30 吉田SSW 11:30-16:00	5 島田SC 10:15-17:00 中山支援員 9:00-12:30	6 中山支援員 9:00-12:30	7 中山支援員 9:00-12:30
10 中山支援員 9:00-12:30	11 中山支援員 9:00-12:30	12 島田SC 10:15-17:00 中山支援員 9:00-12:30	13 中山支援員 9:00-12:30	14
17 中山支援員 9:00-12:30	18 中山支援員 9:00-12:30 吉田SSW 11:30-16:00	19 島田SC 10:15-17:00 中山支援員 9:00-12:30	20 中山支援員 9:00-12:30	21 中山支援員 9:00-12:30
24 振替休日	25 中山支援員 9:00-12:30	26 中山支援員 9:00-12:30	27 中山支援員 9:00-12:30	28 中山支援員 9:00-12:30

保護者の方の相談も受け付けております。ご連絡ください。

※連絡先 学校 62-0235 各学年担当あるいは 相談担当 森田 まで



0000_00 - 100210012