

ひなたぼっこ



メール相談 ujo18@pref.okayama.jp

2019/11/29

鳥城高等学校
教育相談室だより
(生徒・保護者向け)
R元 第8号

気がつけば店頭のウィンドウはすっかり冬の装いとなり、木々の紅葉も終盤で、朝夕は冷え込むようになりました。みなさん、体調管理は大丈夫ですか。この時期になると風邪をひいたり、インフルエンザに感染する人が出てきます。日頃の生活での予防をしっかりとしていきましょう。

さて、最近はジョギングをしている人を多く見かけるようになりました。先日、岡山市でもマラソン大会が行われました。本校の生徒もボランティアとして活躍したと聞いています。そこでマラソンのオリンピック金メダリスト、高橋尚子さんの言葉を紹介しましょう。

「ちょっとだけ頑張ることを毎日続けてみよう」

「ちょっとだけ」を続けて、昨日までの自分を少しでも超える努力をして、頑張った自分をいっぱいほめてあげましょう。それが自信につながっていくそうですよ。

いつでも誰でも気軽にのぞいてみてください♪



12月・1月上旬のスケジュール

丸山 香織 先生(大学院生カウンセラー)

毎週木曜日 15:00～19:00 (年27回)

第21回目 12月 5日(木)

第22回目 12月12日(木)

第23回目 12月19日(木)

第24回目 1月 9日(木)

相談は予約制になっているので、希望する人は担任の先生か教育相談室の先生に声をかけて下さい。

土岐 淑子 先生(臨床心理士)

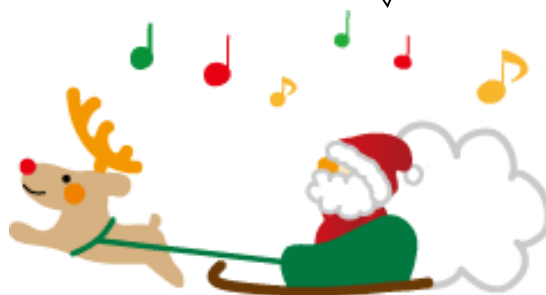
月2回水曜日 15:00～19:00 (年20回)

※日程が変更になる場合があります。

第15回 12月 4日(水)

第16回 12月18日(水)

第17回 1月15日(水)



くどちらも、1日生徒・保護者3人程度の面談を予定しています。>

相談室ではメールアドレスを皆さんにお知らせして、メールでも面談予約を受け付けています。

＊ メールには、学年・クラスと名前、相談したい先生がいれば書いて下さい。

＊ 保護者の方も歓迎します。



メールアドレス…ujo18@pref.okayama.jp