

教育相談だより

倉敷市立玉島北中学校
2026 第10号
令和8年2月2日

「準備」に関する考え

早いもので今年度も残り2か月となりました。学習面・生活面で今年度を振り返ったり、新年度・新生活に向けて一足早く準備をしたり目標をもったりする時期でもあります。みなさんは、準備は早めにとりかかるタイプですか？それともぎりぎりでするタイプですか？前者は、早くから心配したり行動したりすることで気が休めない時間が多い分、当日ゆとりをもって迎えられる安心感があります。後者は、間近で大慌てするかもしれませんが、それまでは呑気に過ごす時間が多いとも言えます。すべての面で完璧に準備しようとするとうれ果てたり、突然の予定変更でパニックになったりします。また、準備が苦手な人は、当日の忘れものや失敗を悔やむことが多いかもしれません。いずれにしても、自分の行動や考えが、自分自身や周りの人にストレスになっていないか、振り返ってみましょう。今自分でできることは今すればよし、しかし、できない時や分からない時はその「時」が来るのを待つのも、「心の準備」と言えるでしょう。

【スクールカウンセラー】

いしい ともひさ
石井 智久先生

【2月の来校予定】

2, 9, 16日(月) 13:30~16:30

場所：スマイルルーム（保健室隣） 相談時間：1回30~45分



【3月の来校予定】

2, 9, 16, 23(月) 午後 (13:30~16:30)

※日にちと時間の確認をよろしくお願いいたします。

相談申し込み方法 玉島北中学校 TEL 526-3000

担任の先生か直接、生徒支援コーディネーター藤原までご連絡ください。