

相談室だより



倉敷市立西中学校 令和8年9月号

長かった夏休みが明け、2学期が始まりました。久しぶりに友達に会えてうれしい気持ちになった人もいるでしょう。2学期は合唱コンクール、体育会と行事もたくさんで楽しみなことも多いと思います。どの行事も全力で楽しめるとよいですね。

楽しい気持ちがある反面、「なんとなく体がだるい」「学校に行くのが少し憂うつだな…。」と感じている人はいませんか？環境が大きく変化する新学期は自分でも気づかないうちに心や体に疲れがたまりやすい時期です。そんな風に悩むのは、あなたが一生懸命に頑張ろうとしている証拠でもあります。もし、心がもやもやしたり、不安でいっぱいになったりしたときは、1人で抱え込まずに誰かに相談してみませんか。どんな小さなことでも、話すことで気持ちがずっと軽くなることもあります。自分のペースでゆっくり歩いていきましょう。西中学校の相談室ではスクールカウンセラーの先生による相談も行っています。どうぞお気軽にご利用ください。

相談室の利用の仕方

★相談の申し込み

相談は予約制です。担任または相談係（吉田晴）まで申し込みをしてください。生徒の皆さんでも、保護者の方でも相談できます。

TEL：422-6030（西中学校）

★場所

木造校舎（中棟）1階の教育相談室（購買のとなり）

※ご予約の時刻より早くは相談を開始できませんのでご了承ください。

★今後の相談日

＜安田 萌先生＞ ※金曜日：10時～14時

9月4日（金）、11日（金）、18日（金）、25日（金）

＜池本 千佳先生＞ ※水曜日：14時～18時

9月2日（水）、9日（水）、16日（水）、30日（水）

10月14日（水）、21日（水）

※西中学校のホームページでも相談日をご確認できます。

※相談時間は、1人45分程度です。

※予約が埋まっている日もあります。学校にお問い合わせください。

