



教育相談だより



香川県立香川東部支援学校 令和8年9月1日発行

<佐藤スクールカウンセラーより>

こんにちは。スクールカウンセラーの佐藤です。

まだまだ暑い日々が続いておりますが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

また、この度は熊本地震により被災されたみなさまに心よりお見舞い申し上げます。

夏休みは、みなさまどのように過ごされたでしょうか。ゆっくり過ごせた人も、部活や予定で忙しかった人もいたと思います。もしかすると、休みが長すぎて困った人や、早くお友だちや先生に会いたかった人もいるかもしれません。

9月になり、2学期が始まりました。久しぶりにいつもの学校生活に戻ろうとする時、体も心もエネルギーが必要になります。時々学校にいくのが嫌だなと感じたり、学校から帰ってくると疲れて動けなくなることもあるかもしれません。そんな時はがんばりすぎず、自分の体と心に目を向けて、誰かの助けも借りながら、ゆっくり自分に合ったペースを見つけられるとよいですね。

2学期も心ゆったりタイムがあります。9月は2回来校予定です。どんな些細なことでも構いません。お気軽にいらしてください。お待ちしております。

.....きりとり.....

心ゆったりタイム相談希望票

学部（小・中・高）（ ）年 氏名（ ）

9月17日（木）		9月24日（木）	
相談者（ 本人 ・ 保護者 ）※どちらかに○		相談者（ 本人 ・ 保護者 ）※どちらかに○	
① 13:00～13:30		① 13:00～13:30	
② 13:45～14:15		③ 13:45～14:15	
④ 14:30～15:00		② 14:30～15:00	
⑤ 15:15～15:45		③ 15:15～15:45	

希望する時間帯に○をつけてください。

* 締め切り 9月10日（木）担任→保健室まで