

～ 相談室だより ～

# ひだまり

羽地小学校 12月7日(水)

つか 疲れたときは、<sup>そと</sup>外を見よう！

つか 疲れたときやイライラするときは、<sup>まど そと み</sup>窓の外を見てごらん

<sup>そら くも き は</sup>空、雲、木の葉。<sup>べらん だ はちう</sup>ベランダの鉢植えだっていいよ

<sup>しぜん りずむ</sup>自然のリズムを感じさせてくれるものをしばらく眺めていると

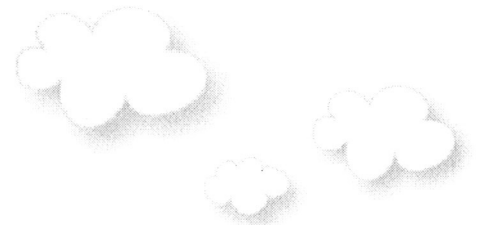
<sup>らく きも</sup>ふわっと楽な気持ちになるよ

<sup>いそが やす</sup>どんなに忙しくても、ひと休みする時間は<sup>じかん ひつよう</sup>必用なんだ

いっぱいいっぱいになりそうなときは

<sup>しぜん ちから か</sup>自然の力を借りて<sup>こころ こり</sup>心のこりをほぐそうよ

\*引用「毎日がうまくいくちょっとしたコツ」



\*\*\*\*\*



☆ 【保護者の皆様へ】

今年の来校も、残り2日間となりました。また、年明け1月から3月までも来校予定  
ありますので、ご相談等ありましたら、お気軽にお越しください。

\*\*\*\*\*

## 相談室利用方法

担任の先生か、保健室(瑞慶山)に前もって連絡してください。日程を調整し、再度連絡を致します。

- ◆相談時間：一人 1時間以内
- ◆場所：「ひだまり」(保健室横の部屋です)

保護者の方だけの面談も受け付けています。  
お気軽にご相談ください。

連絡先：羽地小学校 58-1212  
教育相談担当：瑞慶山涼子(養護教諭)



### 〈12月の来校予定〉

6日(火)、14日(水)、20日(火)、

### 〈1月の来校予定〉

18日(水)、24日(火)

- ◆面談時間 9:30～12:30
- ◆スクールカウンセラー 金城美津枝