



# ほほえみだより



奈良中学校 ほほえみ相談室 令和3年1月号

令和3年は、穏やかで静かな気候のなかで始まりました。今年こそ良い年になりますようにと心から願う年明けでした。みなさんはどんな冬休みを過ごしましたか？日数は少なくとも出歩くことが減り、自分をゆっくり見つめなおすことが出来ていたら、素晴らしいですね。

気が付けば1月も半ばとなり、3年生が中学校で過ごす日々も残りわずかです。コロナで不自由な生活を強いられて思うことは、「いま」を逃してはいけないということです。今度でいいや…とか、後でやろう…と思ったことがいくつかありました。友だちに会いに行けなくなったり、諦めなくてはならないことに遭遇し、“今この時を大切に生きよう”と改めて考えさせられました。

3年生の皆さん、9年間いつも隣にいた仲間との日常を噛みしめながら、忘れ物のない心で卒業の日を迎えてください。

## ☆スクールカウンセラー来校日☆

1月26日(火)・2月9日(火)



専門の先生と話すことで違う角度からの見かたに気付くこともあります。  
思春期の子もたちの難しさや戸惑いに悩むことがあったら、  
遠慮なくご相談ください。

「ほほえみ相談室」

開室時間 月曜日 ~ 金曜日  
10時 ~ 15時30分

電話相談も受け付けています。相談室直通電話ですので、お困りのことがあればお気軽にご連絡ください！

電話番号 048-521-2663

## 【ちょっと遅い新年の誓い】

みなさんは新年の誓いは立てましたか？いつまでもお正月気分ではいけません、1年の反省と次への目標をたてるのはとても良いことです。気持ちを新たにいろいろなことにチャレンジしてください。頑張っても上手くいかない時や、ちょっと疲れたな…と思うことがあったら、いつでも相談室を活用して息抜きをしてくださいね(\*\_\*)

## <保護者の皆様へ>

先日の緊急事態宣言の発令により、また家で過ごす時間が増えました。その時間がゲームやSNSに充てられていませんか？没頭しすぎると表情が乏しくなり、怒りやすくなると言われてます。スキンシップはとれなくても、言葉掛けや家族の団欒を心がけ、お家時間を上手に過ごしてくださいね。表に現れなくても、心の中はもやもやしたり複雑な感情を抱えているかもしれません。心配になる言動や態度などがありましたら早めにご相談ください。

