

# さわやか相談室だより

川口市立元郷中学校

さわやか相談室

令和3年3月号

新型コロナウイルスが終息する事なく1年が過ぎようとしています。  
それでも皆さんは動じる事なくこれまでと同じように手指などの衛生につとめ  
3密に注意しながらみなさん自身と皆さんの大切な人達の安全を守っていきましょう。

## ご卒業 進級 おめでとうございます

相談員スタッフより

どんな状況下でも時は待ってくれず準備が整っていなくても前に進むしかない1年でした。不完全燃焼のまま今に至った方々も多いでしょう。私達は“良い状況”や“良い結果”を追求しがちです。しかしながらこの1年間で切実に感じたのは状況や結果よりもっと前にまずは“健やかな心身”があることの重要性です。そしてこれは自分自身で取り組めることです。ぜひ新しいスタートを迎える前に心身を整えましょう。

スクールカウンセラー 橋本元子

これまでがどんな状況であっても春になると新しい空間へスタートをすることになります。そこには心配事や不安だけでなくワクワクするような期待に満ちていることもあります。多分それらは同じものだと思うのですがそれをワクワクして迎えるのか心配して迎えるのかは皆さん自身の気持ち次第であると思うのです。

一旦落ち着いて見直し、整理をして準備をして4月を迎えましょう。 相談員 嶽本美智子

この1年間皆さんにとってどんなことがあったでしょうか？楽しいことも失敗して思い通りにいかないことも日々色々あった事と思います。現在の状況下では今まで通りにいかないことも多々あるとは思いますが出来るだけ沢山の経験をしてください。そして苦しい時辛い時は助けを求めて下さい。（相談室や先生方もいますよ！）色んな人との繋がりがより良く生きる助けになるかもしれません。助けたり助けられたりしながら進んでいきましょう。

相談員 ブレイクスリー直子

4月からのスクールカウンセラー来校日は、おっってお知らせします。

3/19(金) 24(水)は、相談室閉室となります。

また閉室時間も不定期となりますのでご了承ください。

春休み期間は閉室となります。

始業式の日より開室となります。

