

さわやか相談室だより

## オアシス No. 3

令和5年7月12日

南中学校 さわやか相談室

開室日時 月曜日～金曜日

10:00～15:45

電話271-5256（相談室直通）

### いよいよ 夏休みです

4月から頑張ってきた1学期が終わり、7月21日から夏休みに入ります。

夏休みは、1年生、2年生は部活動などに、3年生は進路決定に向けて、忙しいことでしょう。でも、気分転換はとても大切です。ゆったりとした気持ちで「自分を豊かにする時間」をきちんとつくってくださいね。今年の夏は昨年以上に厳しい暑さになると予報がでています。熱中症、事故などに気をつけながら、健康で充実した夏休みを過ごしてください。

8月28日、皆さんと笑顔で会えることを楽しみにしています。

#### 保護者の皆さまへ

1年のうちで1番欠席が多くなる時期が、小中学校共に夏休み明けで、鶴ヶ島市内の学校でも同様のケースがみられます。その対策の一つが生活のリズムを崩さないようにすることです。夏休み、お子様達を少しゆっくりさせてあげながら、早寝、早起きの生活習慣を心がけさせ、休み明けに向けてスムーズに学校生活が始められるよう、ご家庭でもご配慮をお願い致します。

#### 2学期 三ヶ田スクールカウンセラー勤務日

8/28

9/4、25

10/2、16、23

11/6、13、20、27

12/4、11、18、25

※10:00～16:35までの時間で勤務しています。

#### お知らせ 夏休み中の相談室

さわやか相談室は、夏休み期間中閉室です。8月28日から開室します。

夏休み期間中、相談室への直通電話はつながりません。お休み中にお子様のことで気になることの相談及び三ヶ田スクールカウンセラーに面談予約を希望される方は直接担任の先生にお問い合わせください。