



スマイル



大田中学校
さわやか相談室

令和5年6月1日

NO.3

こんにちは さわやか相談室です。



先月は、中間テストがありました。結果はどうでしたか？1年生は、中学校での勉強が始まったばかりです。間違った問題はきちんと復習して、正しい答えを覚えてしまいましょうね。



今月は学総体があります。3年生にとっては最後の公式戦です。悔いが残らない戦いをしてきてくださいね。そのための練習も手を抜かないようにね。



勉強はとても大事です。けれども、たまにはリフレッシュすることも忘れないでください。外の景色を眺めてみるのも、安らぎを感じると思います。音楽を聴いたり、ゆっくりお風呂に浸かってみるのも良いと思いますよ。または、軽い運動をして身体をほぐしてみるのはいかがでしょうか？何かしら自分にあったリフレッシュ法を見つけてくださいね。そして、心が疲れた…と感じている人は、さわやか相談室に来て、話しをしてみませんか？元気が取り戻せるように、お手伝いしますね。それぞれ、今できることから始めましょう！



◇さわやか相談室からのお知らせ

6月、7月のスクールカウンセラーの来校日

6月	6日(火)	20日(火)
7月	4日(火)	18日(火)

※SCとの面談を希望する方は、事前にさわやか相談員に申し込んでください。よろしくお願いします。

大田中学校 電話番号 62-0051
(さわやか相談員につないでもらってください。)

