

# さわやか相談室だより



第7号 令和7年1月17日（金）

新しい年を迎え、3週目に入りました。

今年も、高篠中学校のみなさんにとって実りある1年でありますように。そして、そのお手伝いできればと思っています。

さて、いよいよ3学期です。

1年生は2年生に、2年生は3年生に

進級する準備が始まりますね。

3年生はいよいよ高校受験が始まります。

学年それぞれ色々とプレッシャーや悩みがありますね。

「もう疲れた…」、「つらいよ～」と

思うことがあるかと思えます。



そのようなときは、「どうせ」とか、「自分なんて…」とか思わずに、お家の方や担任の先生、学年の先生など、まわりの人に話してみてください。

（もちろん、わたしでもいいですよ♪）

きっと気持ちがラクになるはずですよ！

## ★3学期★

★スクールカウンセラー 小池直先生 勤務日★



1 / 28 (火)

2 / 18 (火)

3 / 4 (火)

3 / 18 (火)



※小池先生の勤務開始は1月28日（火）からです。



今年も  
よろしく  
お願いします

