

カドニシ教育相談だより (12月号)



2025年お疲れ様でした！

いよいよ終業式を迎え、2025 年もあと少しとなりました。2 学期も終了して、明日からは待ちに待った冬休みですね！

成績が返ってきて、「よかったな」、「まあまあかな」、「正直、ちょっとしんどいな」いろいろな気持ちがあると思います。

どんな気持ちも、間違いではありません。大切なのは、自分のことを振り返り、反省することがあれば反省して、そして、ここまで頑張ってきた自分自身をたくさんほめる事です。

心の中で「よく頑張った！」と自分自身に声をかけてもいいですし、趣味に没頭したり、ショッピングをしたり、「これでもか！」というぐらい寝てみたり・・・ここまで頑張ってきた自分自身に、ぜひご褒美をあげましょう！

明日からの冬休みは、少しペースをゆるめて、心と体を休める時間にしてください。

もし今、成績のことでモヤモヤしている、学校のことを考えると気持ちが重い、誰かに聞いてほしいことがある・・・

そんな気持ちがあれば、先生やスクールカウンセラーの先生に相談してみてください。「こんなことで相談していいのかな」という必要はありません。話すことで、少し気持ちが整理されて、気持ちが軽くなることもあります。

冬休み明け、「ちょっと話してみようかな」、そう思ったときでかまいません。

まずは、ゆっくり、よい年末年始を過ごしてください。

1 月・2 月のスクールカウンセラー、はすねカフェの予定

☆スクールカウンセラー（西澤先生）

- ・ 1 月 21 日（水） ・ 1 月 28 日（金）
- ・ 2 月 18 日（水）

☆はすねカフェ（全日程終礼後～）

- ・ 1 月 9 日（金） ・ 1 月 16 日（金）
- ・ 1 月 23 日（金） ・ 1 月 30 日（金）
- ・ 2 月 6 日（金）



保護者の方からのご相談も受け付けています。お子様のことで何かご相談があれば、担任までご連絡をお願いいたします。担任から、教育相談担当や SC・SSW と連携いたします。