

# 旭中 相談室だより

平成23年度  
9月号

## 暑かった夏休み…

みなさんは、どんな夏休みを過ごしましたか？

今年の夏は、本当に暑かったですね～。晴天が多くて、プールや海水浴にはもってこいの夏らしい毎日でしたが、外が暑過ぎるから部屋にこもっていた…なんて人もいたかな。みなさんがこの夏休みに経験したこと、感じたことなど、昼休みにぜひ相談室へ話しに来てくださいね。待ってますよ！



## 体育大会に向けて！

9月は体育大会があります。一年生は初めての、三年生は最後の中学校体育大会ですね。すでに準備に取りかかってがんばっている人も、集団活動が苦手であり活動に参加できていない人もいます。体育大会は練習もふくめて「期間限定」の行事です。まさに期間中の今、やれるだけのことをやってみて、自分なりにうまく乗り越えられるといいですね。相談室から応援していますよ。

## 魔法の言葉…「ありがとう」

みなさん、ふだんのくらい「ありがとう」って伝えていますか？

人への感謝を表すこの言葉、おしみなくどんどん使ってくださいね。たとえば、人に何かを借りたり、もらったりしたとき。落としたものを拾ってもらったとき…。

いつもしてもらっていることだと慣れてあたりまえだと思えたり、ささいなことだからと軽く見て、感謝の気持ちを示すのを忘れてしまいがちですよ。

照れくさくて言いにくいとか、ちょっと気に入らない相手に対してだと言いたくない場合もあるかもしれません。

けれど、「ありがとう」と言葉にしてあらわすと、しっかりと相手に伝わります。人から「ありがとう」って言われて、イヤな気がする人はいませんよね。

先生に、親に、友達に、兄弟に、近所の人に、知り合ったばかりの人にでも、「ありがとう」を言ってみてください。それだけで、人との関係がとっても良くなるかもしれませんよ。

「ありがとう」の言葉には、そんな不思議な力があるみたいです。



# 今月のつづき

## ※心の教室相談員※

みなさ～ん、元気でしたか～ (^)/  
長～い！と思っていた夏休みも、終わってしま  
いましたね。・・・(T\_T)

夏は暑いのが当たり前なんでしょうが、暑かった  
～、こんなに、汗が出るのかと思いましたよ。

私の夏休みは、地域のお手伝い・帰省・お墓参  
り・中学生フェス（旭中生も多数参加）やらと、  
振り返ってみると、あっという間の夏休みでし  
た。ふと気づくと、夏休みが終わっていました。  
休養は取れなかったのですが、その分、想い出作  
りは出来ましたよ！と、自分を励ます、浅野です。

みなさんは、どんな夏休みを過ごしたのかな？  
また、お話を聞かせてくださいね。待ってま～す。

2学期は、旭中での行事も多いですね。クラス  
のみんなと協力して、今年にしか作れない想い出  
を作ってくださいね。

給食は、3年生のクラスにおじゃましますの  
で、よろしくです。

浅野利津子

## ※スクールカウンセラー※

みなさん、夏休みは元気に過ごせましたか？

「節電」の夏、我が家では寝るときに「アイ  
スマくら」が活躍しました。エアコンをつけな  
くても眠れる方法が発見できたのは、節電ブ  
ームのおかげです。これから毎年この方法でい  
こう！と思っています。

節電ブームは今後もまだまだ続きますから、  
同じ理由で今年の冬は湯たんぽを活躍させよう  
かなと思います。

夏休み中、野外フェスティバルに出かけてき  
ました。ミスチル他いろいろなアーティストが参加  
して、「震災復興」をテーマに盛り上がりまし  
たよ。青空も芝生も気持ちよくて、ストレス発散  
になりました。・・・とはいえ、みなさんみたいに  
若くないこの身体には、疲れがたっぷり残りま  
したけどね。

相談室で、みなさんの夏休みのお話もぜひ聞  
かせてくださいね！

上田千鶴

## ※9月の在校日時予定表 ※

月 火 水 木 金

			<b>1</b> 始業式	<b>2</b>
<b>5</b>	<b>6</b> 浅野 12:30～16:30	<b>7</b> 浅野 12:30～16:30	<b>8</b> 上田 10:00～16:30	<b>9</b>
<b>12</b>	<b>13</b> 浅野 12:30～16:30	<b>14</b> 浅野 12:30～16:30	<b>15</b> 上田 10:00～16:30	<b>16</b> 浅野 13:00～16:00
<b>19</b> 祝 日	<b>20</b> 浅野 12:30～16:30	<b>21</b> 浅野 12:30～16:30	<b>22</b> 上田 10:00～16:30	<b>23</b> 祝 日
<b>26</b>	<b>27</b> 浅野 体育大会	<b>28</b> 浅野 12:30～16:30	<b>29</b> 上田 10:00～16:30	<b>30</b> 浅野 13:00～16:00

☆ 相談員の都合で日程が急に変わることがあります。その時はゴメンナサイ！(>\_<)

☆ 相談員のいる昼放課は相談室が開いているので、気軽にのぞきにきてくださいね。