



# 尾張旭市立西中学校 スクールカウンセラー・ 心の相談室だより

令和6年7月



新年度も早いもので、もう7月になりました。待ちに待った夏休みも近づいてきましたね。熱中症に気を付けて、心身ともに健康的な夏を送りましょう！

## 面談お申し込みはこちら

右のQRコードよりお申し込みください。

<https://forms.office.com/r/yqnMdKQscJ>



<お願い>

- ① 予約はできるだけお早めをお願いいたします。前日や当日の予約には対応できない場合がございます。前日や当日は、お電話でのご予約が確実です。
- ② Web予約により希望日が重なった場合、先に予約された方を優先させていただきます。その場合、調整のお電話をさせていただきます。ご了承ください。

## 一度立ち止まってみて 確証バイアス

皆さんは夏休みの予定は決まっていますか？ 最近の夏はとても暑いので、あまり出歩かずにお家で過ごす人も多いかもしれませんね。宿題をやったり遊んだり……なんとなくネットサーフィンをして時間を潰したり、なんてことも多いのではないのでしょうか。

ところで皆さんは、**確証バイアス**という言葉を知っていますか？ 確証バイアスとは、自分の仮説や信念を支持する情報ばかりを集め、反証する情報を無視したりする傾向のことです。つまり、人は自分にとって都合のいい情報だけを収集しやすい、ということです。

楽しい夏休みを過ごすためにも、情報との付き合い方は大切です。夏休みはたくさん時間があるので、たくさんの情報に触れる時期でもあります。そして普段よりも友人など家族以外の人とコミュニケーションをとる場面が減ってしまうので、自分の思考にどっぷりと浸かってしまいやすいです。極端な情報だけに傾倒する前に、「どうかな？」と一度立ち止まって考えてみる癖をつけてみてくださいね。

それでは皆さん、良い夏休みを！



月間予定は裏面です→



## SC・相談員 来校予定表

月	火	水	木	金
<b>1</b> 中道	<b>2</b> 中井	<b>3</b> 中道	<b>4</b> 中道	<b>5</b> お休み
<b>8</b> 中道	<b>9</b> 中井	<b>10</b> 中道	<b>11</b> 中道	<b>12</b> 中道
<b>15</b> 海の日	<b>16</b> お休み	<b>17</b> 中道	<b>18</b> 中道	<b>19</b> 終業式

スクールカウンセラー (SC) 中井  
相談員 中道

### 相談 の申込み・予約方法と手順 (生徒向け)

1. 担任の先生、SC、相談員に直接申込みをする。
2. 放課・放課後に直接相談室を尋ねる。
3. ipad で予約する。

※相談は原則として授業時間外になります。  
※直接来室しても良いですが、予約が優先になりますのでなるべく  
予約を入れてくださいね。



