



## ひだまり（相談室）だより

座間市立東中学校スクールカウンセラー  
織田 邦彦

こんにちは。今年も、もう少し。夏が暑くて長かったので、あっという間に冬になったように感じます。今年、どんな年でしたか。今年1年をふりかえってみて、来年はどんな年にしたいかを考えるのもよいかもしれません。12月を充実させて、よい新年をおむかえください。

### 開室日

カレンダーの○で囲んである日に、開いています。月に3回ぐらい金曜日に来ています。ただし、1月の第4週は、いつもとちがって、24日（水）に来ます。木曜日には丸永カウンセラーが来ています。丸永カウンセラーの来校日は、裏面の丸永カウンセラーのおたよりをごらんください。

### 12月

月	火	水	木	金	土	日
				①	2	3
4	5	6	7	⑧	9	10
11	12	13	14	⑮	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

### 1月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	⑫	13	14
15	16	17	18	⑰	20	21
22	23	⑳	25	26	27	28
29	30	31				

### 「ひだまり」から

スマートフォンなどの電子機器が広く使われるようになり、時間の制約があまりなく、ほかの人と気軽に連絡をとることができるようになりました。メリットがある一方で、ずっと誰かと一緒にいることにより、後から、つかれが出ることもあるかもしれません。みんなとつながって過ごす時間と、自分1人で過ごす時間の両方を大事にしていきましょう。

\*裏面には、丸永カウンセラーからのおたよりがあるので、ごらんください。