

# 教育相談だより

No.5

2014/07/18

笠商教育相談係発行

※教育相談だよりはお家の方にも読んでいただきますよう。

今日で1学期が終わります。明日からいよいよ夏休みです。二大行事の準備も本格化します。3年生は進路実現の本番を迎えます。ああ、笠商生の夏はとても忙しい！でも、よく言われてきた言葉ですが、「忙しいときこそ、人は成長する」のです。ただ、頑張りすぎてバテてしまわないように気をつけてくださいね。私たちは疲れたとき、ため息をつきます。よく、ため息をつくとダメ！と注意されたりすることがありますが、ため息というのは、悪くないのだそうです。ため息というのは、息をはあ〜っと吐く動作ですよ。自分の身体にとって必要なことを自然に身体が行っている動作で、呼吸法の理にかなっているそうです。大きく息を吐くことで元気になれるそうです。

夏休みを元気に過ごしてください。



☆ 次回の「教育相談日」は7月23日(水)です。  
9:00~13:00です。

☆ 8月の「教育相談日」は当初の予定から変更させていただき、8月26日(火)14:00~18:00になりました。

☆相談担当者：國友晴代先生（臨床心理士）

☆相談場所：本校教育相談室（管理棟3階）

相談を希望される方は、ご希望の日時を、クラス担任か教育相談係（坂本）まで、下の申込書を利用するか、お電話でお申し込みください。希望者が多い場合は、相談のうえで調整させていただきます。

※連絡先 笠岡商業高校 Tel (0865) 62-5245 坂本（教育相談係）または石井（養護教諭・教育相談係）

.....切・り・取・り.....

## 相 談 申 込 書

( ) 月 ( ) 日 ( ) 曜日の相談を申し込みます。

希望時刻 ( ) 時～ 50分程度

( ) 年 ( ) 組 ( ) 番 生徒氏名 ( )  
保護者氏名 ( )  
連絡先 TEL. ( )

※相談希望者に○印  
) ( )  
) ( )  
) ( )