

* *Peace of Mind* *

～この英語のタイトルは「やすらぎ」という意味です。～

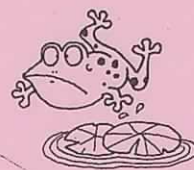
突然私事（わたくしごと）ですが、この何年来、健康とひまつぶしのために夕暮れ時にときどき散歩をしています。今の季節だと様々な緑を目にすることができ、心穏やかな気分になります。夕暮れ時の風に当たりながら外の空気を肌で感じることは季節問わず、癒された気分になりなかなかいいものです。

とはいうものの、今年は例年になく早くも梅雨（つゆ）のシーズンとなりました。季節的にもどうも気分がブルーになったり、いろんなことを考えすぎたり、疲れたり、となかなか大変です。祝祭日が全然ないのも困ったものです。

何ごとにも気合、集中が大切ですが、時には適度に自身を電源オフ状態にしながらか、うまくこの時期を乗り切りましょう。7月が来れば、もうすぐ夏休み……！

～スクールカウンセラー

瀬島先生 6月来校日 ～



4日(火)、11日(火)、18日(火)、25日(火)

いずれも12:30～17:00ごろまでです。

※他の人と面談時間が重なることを避けるため、面会を希望する人は、原則、事前に担任の先生または直接教育相談室の関雲まで連絡をして面談の予約をとってください。

