

# \*Peace of Mind\*

~この英語のタイトルは「やすらぎ」という意味です。~

\* やつと夏休み……。ほっ……と一息。

長かった6月も終わりました。 期末試験も終わり、あとは夏休みですね。

夏休みという期間は自分にとっていろいろな「軌道修正」ができる期間です。4月からの1学期の間、うまくいったこと、いかなかったことを思い返して2学期に向かうための踏み台としてたっぷり時間を活用してください。今年もまだいつもと違う“夏”です。マスクと消毒！そして手洗い！水分補給も忘れずに暑い夏を乗り切りましょう！

日常生活の“電源ON”状態は必要ですが、“電源OFF”の時間も大切ですよ。しっかり食事！しっかり睡眠！バランスのとれた生活を……。

## スクールカウンセラー藤田先生

### 7・8月来校日

**7月5日(水) 12日(水)**

**8月30日(水)**