

カウンセリンク⁰⁰

Room 通信 10月号

なごや子ども
応援委員会

スクールカウンセラー 井澤

☆^き決めるのは自分^{じぶん}
☆^{うま}で上手^{うま}にいく☆

テスト どうだった？ 思うように
勉強^{べんきょう}、はかどったかな？
親^{おや}や先生^{せんせい}に言^いわれて、しぶしぶ
取りこんだ^と人もいたかな？



「今回のテスト、(わたし、自分、オレ)」

いつから勉強^{べんきょう}する？」と自分^{じぶん}にきいてみて

「この前は 2日前^{ふたひかりまえ}だから、今回は 3日前^{さんひかりまえ}かな」

と、あはたが^き決^きめると 行動^{こうどう}に
むすぶつきやすいよ。勉強^{べんきょう}以外の^{いかに}ことにも参考^{さんこう}に！

10月のこんなところあるよ

SNS依存^{SNS izon}
ゲーム依存、ネット依存

「1日中^{いちにちじゅう}ゲーム^{ゲーム}のことが
き^き気^きにはる」

「友だちや家^かそくと出^でかけて
いても、しゃべらず^{ゲーム SNS}を
やっている」

「何万円も課金^{かきん} または
電子マネー^{でんしマネー}の送金^{そうきん}をしたこと
がある」

「でも
当^{いま}てはまた人は、依存^{izon}がもたらす。

依存^{izon}で、やめようと思^{おも}ってもやめられ

ないこと。生活^{せいかつ}がうまくいかなく

なる。家族^{かぞ}や友だちとの

関係^{かんけい}も、もめたり、ギスギス...

体^{からだ}や心の健康^{けんこう}も保^{たも}てなくなる。

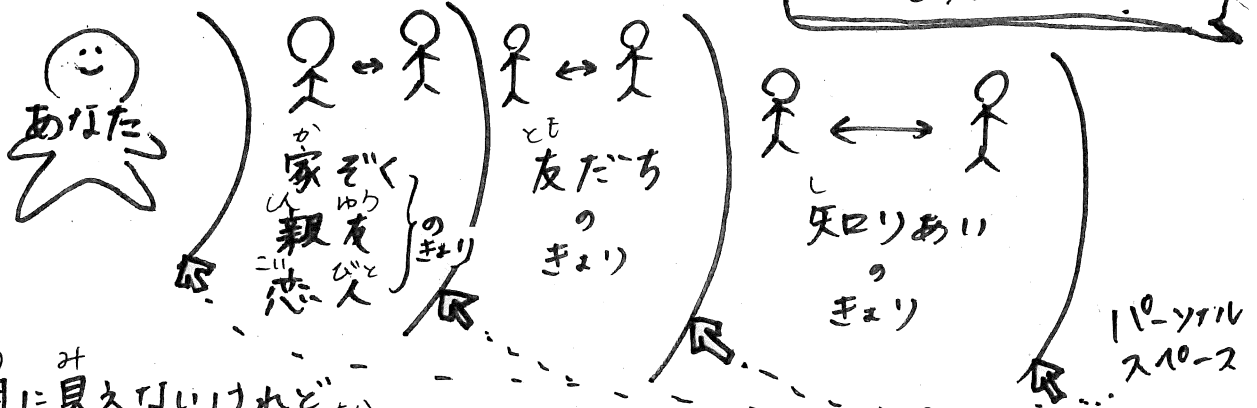
ドキとしたり



くりはま医療センターのHP
みてみて -

混んでるところ苦手

パーソナルスペース
って知ってる？



- 目に見えないうえに、パーソナルスペース（近づいてきて、こまでならイヤじゃないギョリ）がある。
- 仲がいい人は近くてO.K. 知らない人は遠いのが安心。
- 電車や集会、エレベーターは遠いギョリでいたいのに、できなくて不快。
- 学校生活でも人によって感じ方がちがうよ。あなたに「近い近い！」と言われたら、「パーソナルスペース入、あ、た」と分るね。
- 自分も「近いな」と感じたら相手と「パーソナルスペースが」ちがうんだな」と気づけるね。

保護者の皆様へ

大江中学校のカウンセリングroom（なごや子ども応援委員会）では
お子様に関する相談を受け付けています。お申しこみ方法は
以下の3つです。

- ① お子様の担任の先生にお伝えいただく
- ② 中学校のスクールカウンセラーあてに直接お電話いただく
- ③ 子ども応援委員会・南ブロックあてに電話いただく

大江中 052-692-1717

子ども応援委員会 052-692-1337

南ブロック