



毛里田中学校の生徒みなさん、保護者のみなさんこんにちは。はじめまして。わたしはスクールカウンセラーの本郷順一（ほんごうじゅんいち）です。生徒のみなさんが充実した生活を送れるようお手伝いするためにまいりました。よろしくお願いします。

自己紹介

62歳 男性 栃木県に住んでいます。これまで中学校（理科教諭）、教育委員会、公立の相談室で働いてきました。現在、スクールカウンセラー、Webサイトのカウンセラーをしています。心理系と教育相談系の学会認定資格を3つもっています。

新型コロナウイルス・・・必ずもとの生活にもどります 安心してください

1 規則正しい生活をしましょう

何時から何時までは勉強する、その後少し運動するなど時間を意識しましょう

2 身体を動かしましょう

家の中でも出来る軽い運動、ストレッチ、筋トレ、散歩をしよう

3 人とのつながりをもちましょう

家族と話そう 友達と電話で会話するのも良いでしょう

4 SNS、ネットゲームなどは自分で利用時間を制限しましょう

ネットゲームは、はまりやすく作られています 気をつけましょう

お昼休みに相談室に話しに来てね・・・ 3階 図書室のとなり

相談室の入り口に「入室できます」という札があるときは、自由に入ってください。友だちと来てもいいです。楽しい話も聞きたいです。「使用中」の札がかかっていたら相談中ですから入れません。予約をしていただければあとで相談できます。



5月14日(木) 5月28日(木) 6月4日(木) 6月11日(木) 6月18日(木)
7月2日(木) 7月9日(木) 7月16日(木)



相談の予約のしかた

相談ポストにカードを入れるか、担任、学年主任、部活動の先生、保健室の先生などだれでもよいので話して予約してください。保護者のご相談も受けますので、ぜひご利用ください。