

感動

～感じて（考えて）動く～

飯豊中学校 第3学年通信

NO. 12 R2. 6. 12(金)

文責：小林豊和

講話をしていただきました



木曜日、「臨床心理士」であり本校の「スクールカウンセラー」である佐藤恭子先生から、【ストレスを力に変える方法】という演題で講話をしていただきました。

みなさんにとって大変ためになるお話をいただきました。講話で学んだことを実生活に生かしていくことが大切です。

- ・「ストレスは悪いもの」という思い込みがあると、ストレスは有害になる。
- ・「ストレスは役に立つ」と思うと、実際にそうになっていく。
- ・ストレスはなくすべきものではなく、上手につき合うべきもの。
- ・ストレスは「悪いもの」ではなく、「役に立つもの」と考えよう。
- ・逆境にあっても「この苦しみからも、きっと何か得られるものがあるはずだ」と信じること。



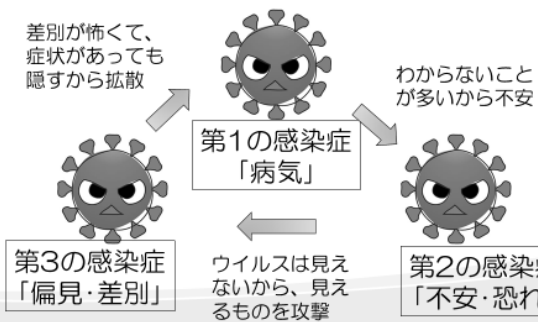
素敵なトイレになりました

飯豊中学校では大規模改修が行われています。3年生が使用していた3階トイレの改修工事が先週終了しました。今週から新しくなったトイレ、みんなで大切に使いましょう。



月曜日の朝、トレノ前には人だかりが。使用開始の午前9：00、多くの方がトイレになだれ込みました。トイレの中から「お～すげ～」「きれい～」と感嘆の声が。自動室内灯も設置され、自動で照明がつくことに感動しているみんなの姿を見て、幸せな気持ちになりました。

新型コロナウイルスの3つの顔



今は、みんなストレスを感じやすい

- ・長い休校、短い夏休み、行事の中止など、いつもの年と違う
- ・マスクや消毒など、感染予防のための新しい生活様式
- ・第二波が来るかもという不安 などなど

気づかないうちにストレスをためて、ついイライラしちゃうかも

連絡

◎6月19日(金)「3年生が輝く感謝祭」を行います。多くの保護者の方のご参加お待ちしております。

◎7月26日(日)の午前中に「親子進路学習会」を行います。今後の進路指導の進め方や進路決定までの手続き、高校入試(公立・私立)の手続き等を説明する会になります。詳細は、後ほどご連絡いたします。保護者の方のご参加よろしくをお願いします。

◎6月22日(月)から大規模改修の一環として体育館が使用できなくなります。これに伴い、バスケットボール部とバレーボール部の活動場所が変わります。

◎7月26日（日）の午前中に「親子進路学習会」を行います。今後の進路指導の進め方や進路決定までの手続き、高校入試（公立・私立）の手続き等を説明する会になります。詳細は、後ほどご連絡いたします。保護者の方のご参加よろしくお願ひします。