



天王寺川中学校 保健室

2024年4月11日 No.1

入学・進級おめでとうございます。新年度に入り、「新しい友達ができるかな？」

「友達と仲良くできるかな？」と、ドキドキソワソワしている人も多いかもしれませんね。

そんな人は、ぜひ自分から「おはよう！」と挨拶^{あいさつ}をしてみましょう。

おはよう!

自分から挨拶をすると・・・



仲良くなりたい気持ちを
伝えられる

「自分に興味を持ってくれている」と感じると誰でも
うれしいもの。目を見て明るく声をかけてみてください。

相手も自分も
明るい気分になれる

相手が嬉しそうに返してくれれば、自分の気持ちも
アップ♪そこから話が広がれば、グッと仲良くなれる
かも。

困ったときは・・・

新しい環境^{かんきょう}になり、不安^{ふあん}や悩み^{なや}も出てくると思います。そういったときは、一人で抱え
込まず、家族や友達、先生に相談^{さうだん}してみましょう。もちろん保健室もOK!聞いてもらうだけ
で心が軽くなることもあります。天王寺川中学校は毎週火曜日にスクールカウンセラー
の先生がいるので、予約を取って話を聞いてもらうこともできます。また、電話やメールな
どで相談できる窓口もあるので、ぜひチェックしてみてください。



子供のSOS相談窓口

～文部科学省HPより～



ひょうごっ子SNS悩み相談

～兵庫県教育委員会～

