



さわやか相談室だより

令和2年5月
新座市立第三中学校
校長 和久井 功雄
さわやか相談員 鳥谷部 都美
直通電話 048-479-4347

こんにちは、さわやか相談室です

3月から臨時休校となり、2ヶ月以上みなさんが登校しない日々が続いていますが、お家ではどのように過ごしていますか？ 毎日のニュースでただただ不安になったり、気持ちが沈んで笑顔になれない。夜遅くまで眠れない。なんだかやる気がでない。食欲がない。なんてことはありますか？ 今までに経験したことのないことが起きているので、そう感じるのも当然かもしれません。でもそんな時は、ぜひ近くにいる人に話してみしましょう。相談室も電話でお話することができます。もやもやは心の中にため込まずに、言葉にして話してみしましょう。人を頼ることは大切なことです。こんなときだからこそみんなで助け合っていきましょう。

保護者のみなさまへ

保護者のみなさまには、日頃よりさわやか相談室の運営にあたり、ご理解ご協力いただき、心より感謝申し上げます。臨時休校中も、さわやか相談室は保護者のみなさまの相談を受け付けております。毎週木曜日には、スクールカウンセラー(臨床心理士・公認心理師)によるカウンセリングも行っております。学校のこと、ご家庭のこと、どんなことでも相談できますので、ぜひご利用ください。まずはさわやか相談室へお電話ください。お待ちしております。



スタッフの紹介

昨年度と同様3人で、みなさんに寄り添っていきます。よろしくお願い致します。

さわやか相談員 鳥谷部 都美(とりやべ とみ)
スクールカウンセラー 中村 美恵(なかむら みえ)
スクールソーシャルワーカー 木村 順子(きむら じゅんこ)

相談室直通 048-479-4347
第三中学校職員室 048-479-4052

◆日本赤十字社の作成した新型コロナウイルスに関する資料（抜粋）を紹介します◆

「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！」

～負のスパイラルを断ち切るために～

新型コロナウイルスによる感染症は、世界中で感染の拡大が続いている状況です。

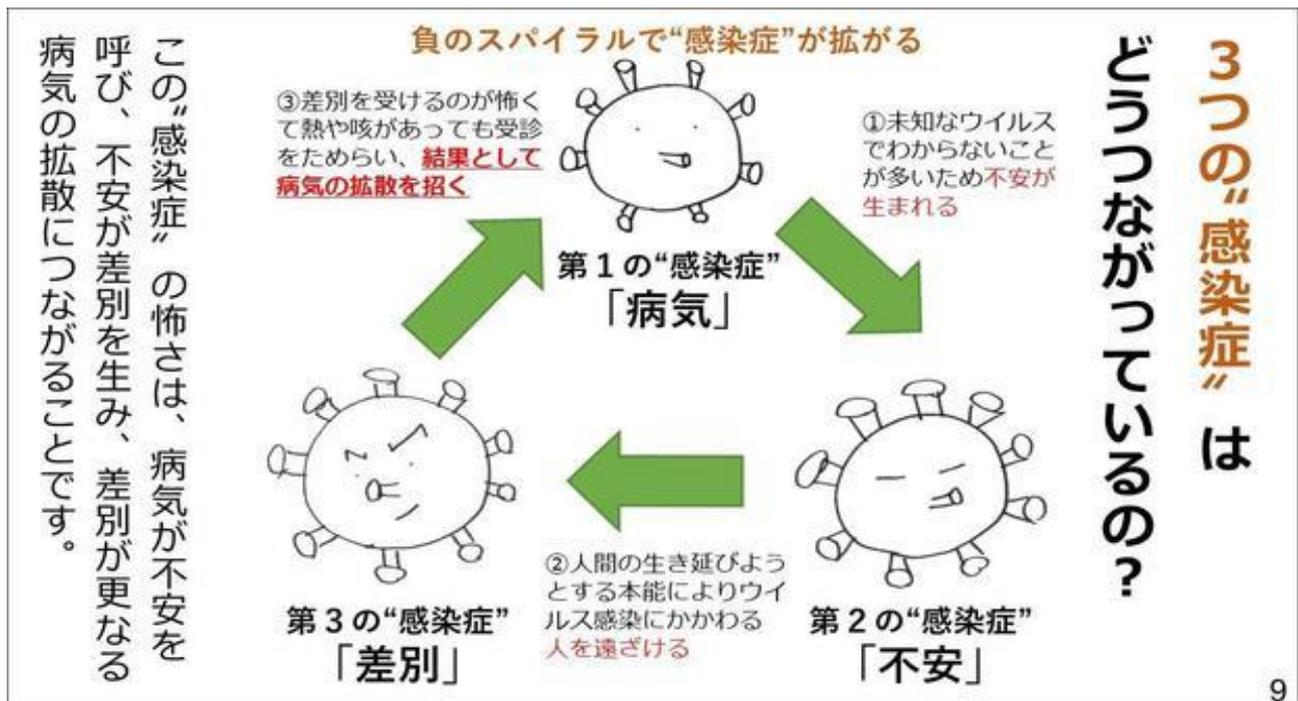
実はこのウイルスが怖いのは、「3つの感染症」という顔があり、これらが“負のスパイラル”としてつながることで、更なる感染の拡大につながっているということです。

知らず知らずのうちに私たちも影響を受けていることをみなさんにご存じですか？

3つの“感染症”とは？ 第一の“感染症”は **病気そのもの** です。

第二の“感染症”は **不安と恐れ** です。

第三の“感染症”は **嫌悪・偏見・差別** です。



紙面の都合上、続きはインターネットのサイトをご覧ください。

↓↓↓

日本赤十字社

「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！～負のスパイラルを断ち切るために～」

http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200326_006124.html

ご家庭で新型コロナウイルスについて話し合ったり、理解を深める機会になれば幸いです。