

ひだまりルーム 便り



沼津市立愛鷹中学校
2026年 10月号 Vol. 6

スクールカウンセラー 渡邊 澄子
児童生徒支援員 服部 廣美 古賀 阿佐美

◇先生方から

少し秋らしくなってきましたね。
暑い夏を頑張って乗り越えた10月は体調を
崩しやすいです。
行事などで気忙しい日々が続きます。
栄養と睡眠を十分とって過ごしましょうね。



スクールカウンセラー 渡邊先生
面談は、基本10:00～16:00



児童生徒支援員 服部先生
基本火・木:9:30～14:30(13:30)

10月は、いよいよ鷹根祭ですね。仲間と一緒に
ひとつの事に取り組む事は、中学時代の貴重な
体験です。鷹根祭の練習や準備で忙しくなると
思いますが、なるべく睡眠をとり、規則正しい生活を送ることを心がけてみてください。
気になる事があったら気軽に声をかけてください。

暑さも少しずつ和らぎ、秋らしくなってきました。
10月は行事などで忙しくなる時期ですが、頑張り
すぎず、べと体を大切に過ごしましょう。
誰かと言語したいとき、いつでも声をかけて下さいね。



児童生徒支援員 古賀先生
基本月・水・金:9:30～15:30

10 月

★カウンセラー来校予定日

月		火		水		木		金	
9月28日	古賀	9月29日	服部・古賀	9月30日	古賀	1	服部	2★	渡邊
5	古賀	6	服部	7	古賀	8	文化の部 服部	9★	渡邊・古賀
12	スポーツの 日	13	服部	14	古賀	15	服部	16	体育の部 服部
19	古賀	20	服部	21	古賀	22	服部	23★	渡邊・古賀
26	古賀	27	服部	28	古賀	29	服部	30	古賀
★今後のカウンセラー来校予定11/6(金)・20(金)・27(金)					相談、面談等ご希望がありましたら、担当糸川まで。				