

はるかすだより



最近の推し動物

『マーモット』

(シベリアマーモット)

よく塩せんべいを食べている。
わたし好みの流線型ボディ。



まずは自己紹介！

名前 山口 幸恵

趣味 絵を描く、歌を歌う、読書
漫画、映画、アクセサリー作り
宝塚、ピアノ など

好き 柴犬、ビーバー、コーギー
ぼーっとすること

苦手 急ぐこと、牛乳

※通信タイトルの由来…『晴れやかにする』という意味の古語『はるかす』から。
『心を晴れやかに』という願いをこめて。

初めまして
スクールカウンセラーの
山口です。

今年度の
『はるかすだより』
第一号をお届けします。

このお便りでは
わたしのことや
心の健康に関すること
などをお伝えして
いく予定です！

一年間どうぞ
よろしくお願ひします。

はじめましては



スクールカウンセラーの
仕事はみなさんの
『心の健康』を守る
お手伝いをする事です。

具体的には
面談だけでなく
授業などの様子を
見させていただいたり…

ストレスマネジメント!!

呼吸法
がっ~

お便りなどで
心の健康や
ストレスとの
付き合い方について
お伝えしたりします。

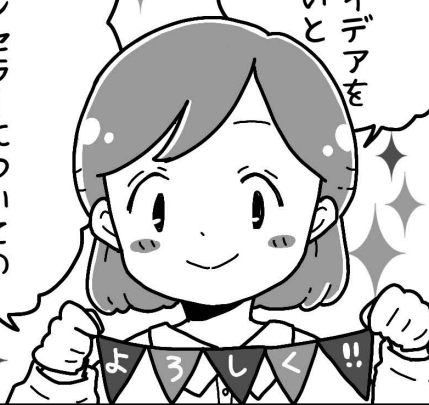
おはははは、
スー~ん
すーん

おはは



心の健康や
スクールカウンセラーについての
疑問や質問なども
お待ちしております。

みなさんの心が
晴れやかになるアイデアを
お伝えしていきたいと
思います！



次回以降の来校日

稜南中… 5月29日(水)
6月18日(火)