

やなぎっ子のみなさんへ

まもなく二学期が始まります。一学期の終業式後、皆さんにお会いできていないので、先生方は皆、二学期の始業式で皆さんにお会いできること、皆さんの顔を見られることを、今からとても楽しみにしています。

夏休みはいかがでした。夏休みの出来事、先生方に、たくさん聞かせてくださいね。

朝起きる時間や夜寝る時間が遅くなっている人習慣がついてしまっている人。まずは体の準備からはじめてください。体が早寝・早起きを思い出せば、気持ちもあとからついてくるものです。

もし、何か気持ちに不安などがある人は、一人で抱えず、ぜひ誰かに相談してください。

「相談すること」は、恥ずかしいことではありません。相談して悩みが解決されなかったとしても、相談相手と悩み事を共有できます。誰かに相談すれば、一緒に考えてくれる人ができるんだ、と考えてほしいです。お家の方や学校の先生をはじめ、いろいろな立場の方が、あなたの相談相手になってくださいます。今日できることがたくさんあるのに、それを放っておいて、「明日」の不安について悩むだけの時間にしてしまうのは、とてももったいないことですよね。

体と気持ちを十分に整えて、二学期のスタートを、一緒に迎えましょう。