



Precious

～プレシャス～

♪ やりたいこと やってみたいこと ♪

毎日暑いですね。心も身体もバテてしまいそうです。

身体がバテたら、休養をとったり栄養のあるものを食べると回復します。

でも、心がバテたらどうしていますか？

ショッピング？

カラオケに行く？

ドライブに行く？

焼き肉の食べ放題に行く？

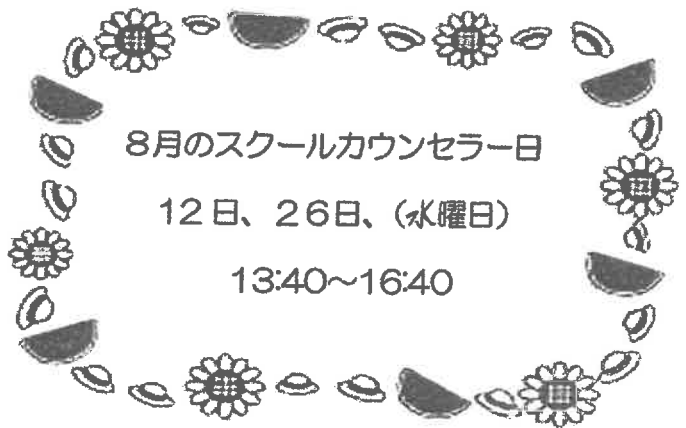
映画を見る？

友達とおしゃべり？

など、いろいろあると思いますが、それ以外にこのようなことを提案したいと思います。それは、『やりたいこと やってみたいこと』を思い切ってやってみませんか？（やらないといけな
いことではありません。自分自身のためにやりたいことです）できそうなことから1つずつや
っていくと、心が満たさされます。『これ、ずっとやってみたかったんだ！』というような後回
しになっていたものを、思い切ってやってみましょう！！まずは、1カ月以内でできそうなこ
とから始めるといいと思います。特に、忙しさに埋もれてしまっているときは、ぜひやってみ
てください。心を満たしてください♡ 元気になりますよ♡

ちなみに私のリストは・・・

- ★冷麺を食べに行く（食べたことがないです）
- ★ガーデニング（苗は買ったので植えるだけ）
- ★酵素風呂に入る（脂肪燃焼させたい！）



8月のスクールカウンセラー日

12日、26日、(水曜日)

13:40～16:40

私のやりたいことリスト

- ★
- ★
- ★
- ★
- ★

切り取り

相談希望日	相談希望者
月 日	年 組
または	名前：
月 日	連絡先：

*相談をご希望される方は上記の申込用紙に記入し、切り取って、担任か教育相談の山城あかね先生まで。