

こころのコンシェルジュだより

中津教育事務所管内担当 小野裕美子・後田典子

中津市中央町1丁目-5-16 (中津教育事務所に所在)

Tel: 0979-25-2212 Fax: 0979-22-2713

OENメール: nakatsu-con2@oen.ed.jp (コンシェルジュ 小野)

nakatsu-con@oen.ed.jp (コンシェルジュ 後田)

令和2年3月2日

一年間、お世話になりました！

例年よりも早い春を迎え、桜の蕾も随分と膨らんでいます。今年度も、あとわずかとなりました。皆様方には、年度末のまとめの時期を迎えお忙しいことと拝察いたします。

さて、今年度も、2名のこころのコンシェルジュで、教職員の皆様方のこころの健康保持に微力ながら努めて参りました。学校訪問の際には、丁寧な対応をして頂きましたこと、心よりお礼申し上げます。来年度も、より一層の努力をして参りたいと思いますので、何卒、宜しくお願ひ申し上げます。

人生には解決法なんか無いんだ。
あるのは、前に進む力だけだ。
解決法は、後からついてくるものさ。

サン＝テグジュペリ

速度を上げるばかりが人生ではない。

ガンジー

心が元気になる言葉

心を開いて「Yes」って言ってごらん。
すべてを肯定してみると
答えが見つかるもんだよ。

ジョン・レノン

自分は自分である。
何億の人間がいても自分は自分である。
そこに自分の自信があり、誇りがある。

松下幸之助

異動の時期を迎えます！体調やメンタルの健康に気を付けて！

異動直後は周囲の環境の相違に戸惑い、前任校でできていた業務が思うように進みにくくなります。つい焦って頑張りすぎるとストレス度が上がり、体調を崩したり、メンタルが弱ったりしてしまふこともあります。ですから、異動後は、自分ができるレベルの5割でいいと思う気持ちで職務に当たる事が大切です。また、周囲の同僚は、異動してきた仲間に対して、ゆっくりとしたペースで見守り、穏やかで温かく接していただけたらと思います。

「コンシェルジュ便り」の回覧をお願いします