

第1号 令和4年4月

カウンセラーだより



呉服小学校スクールカウンセラー

さけばやししゅか
酒林朱夏

★こんにちは

くれはしょうがっこうすくーるかうんせらーさけばやししゅか
呉服小学校スクールカウンセラーの酒林朱夏です。

ねんせい にゅうがく
1年生のみなさん、入学おめでとうございます。

ねんせい しんきゅう
2～6年生のみなさん、進級おめでとうございます。

あたらしあたらしともだちがつはじであおおきも
新しいクラス、新しいお友達と、4月は初めて出会いが多く、わくわくする気持ちもあるけれど、
しきんちょういえかえ
知らないうちに緊張して、家に帰るとぐったりとつかれたりするかもしれません。それだけ、
おも
みんながんばっているんだと思います。



がっこうともだちべんきょうじぶんじしんかぞく
スクールカウンセラーは、みなさんが学校やお友達や勉強のこと、自分自身や家族のことなど
こまはなはなしきいっしょ
で、「ちょっと困ったことがある」「話したいことがある」というときに、お話を聞きながら一緒に
かんがかいけつてつだそうだんじゅぎょうやすじかんきょうしつみい
考えて解決のお手伝いをします。相談がないときは、みなさんの授業や休み時間の教室を見に行
えんりよこえ
ったりしますので、遠慮なく声をかけてくださいね。

★スクールカウンセラーが学校に来る日

がつきかようびじじ
《1学期》 火曜日 10時～17時

4月12日、19日、26日

いこうにっついおちし
*5月以降の日程は、後ほどお知らせいたします。



★スクールカウンセラーに相談したいとき

担任の先生や保健室の先生に「カウンセラーと話したい」と伝えてください。

(相談したい内容は言わなくても大丈夫です)

★こんな相談ができます

・友達とけんかしてしまった

・勉強がわからなくて、こまっている

・家族やきょうだいとうまくいかない

・友達にいやなことを言われた

・体のことで心配なことがある

・なんだかいらいらする

・自分の話を聞いてほしい

・コロナのことで不安がある

・・・など何でもかまいません。

★保護者の皆様へ

with コロナの生活になって約2年になろうとしています。まだまだ予断を許さない状況です。保護者の皆様にとってもなかなかストレスの多い日々ではないかと思えます。大人も子どもも、この慣れない生活の中で、気持ちが滅入る、疲れやすい、いらいらしてしまう、体調不良など、心や体に変化が見られることがあります。一人で解決できないと思われた場合は、ぜひカウンセラーにご相談ください。

また、お子様の行動や性格、発達、関わり方などについて、気になることがありましたら、お気軽に相談に来ていただければと思います。お子様たちが健やかな学校生活を送れるよう、保護者の皆様と一緒に考えていきたいと思っています。人に話すことで気持ちが整理され、自分自身に余裕ができることで、お子様と接するのが楽になると思います。

予約制となっていますので、担任の先生、保健室の先生、教頭先生など、身近な先生にお申し出ください。

お気軽に

おこしくださ

