

# スクールカウンセラーだより

令和2年6月 池田市立石橋小学校

スクールカウンセラー: 梶野真弓

長かった臨時休校が終わり、一斉登校が始まりました。カウンセリングルームからも子どもたちの元気な姿が見えたり、弾むような声が聞こえてきたりして、学校に活気が戻ってきたことを嬉しく感じています。

長期間にわたる家でのお子様の見守り、サポートでご自身のケアは後回しになっている保護者の方もいらっしゃるかと思います。また学校が再開し、いつもの日常に戻りつつあることにホッとされたり、どこか不安を抱えながら毎日を過ごしていたり、人によって様々な思いを抱えておられることかと思ひます。セルフケアのひとつに「自分自身に褒め言葉をかける」「肯定的なメッセージを自分へ送る」といった方法があります。声に出したり、メモに書き出したりしても良いと思ひます。保護者の方はご自身の心とからだについても十分に労わることを心がけていただきたいです。



いしはししょうがっこう  
石橋小学校のみんなへ

こんにちは、石橋小学校スクールカウンセラーの「梶野 真弓(かじのまゆみ)」です。6月15日から、いつもの学校生活が始まりましたね。

1年生のみんなは、入学セレモニーがありましたね。あらためておめでとうございます！みんなはどんな小学1年生になりたいですか。

2～6年生のみんなは、やっとクラス全員そろっての学校生活のスタートですね。はじめましてのお友だちともあいさつしたり、お話ししたりはできましたか。

学校生活の中でこまっていること、しんどいこと、お話をきいてほしいとき、スクールカウンセラーに相談することができます。スクールカウンセラーとお話したいときはお家の人や、担任の先生に、伝えてみてください。わたしもみんなのようすを見に、学校の中を歩いているので、お話ししてみたいと思う人は声をかけてくださいね！



今年度の相談予定日が決定しました。7月より、来所での相談となります。

スクールカウンセリングでは、お子様の学校生活で気がかりなこと、心配なこと、また家庭での関わり方のお悩み等の相談を聴かせていただき、お子様の心の理解や、問題解決の方法と一緒に考えていくことを大切にしています。最初は何を話せばいいのか、こんなこと相談していいのか…と思われるかもしれませんが、どのような内容でも結構です。気軽な気持ちでお話しに来ていただけたらと思ひます。



<今年度相談予定日>



7/6、7/20、8/24、9/7、9/28、10/12、10/26、11/9、12/7、12/21、1/25、2/8、3/1、3/15  
(すべて月曜日です)

◆時間 各日9時30分～16時15分

◆場所 カウンセリングルーム(二階中央、放送室の横の部屋)

◆お申し込みは担任の先生、下山先生(支援コーディネーター)、教頭先生を通じてご予約ください。予約が入っていなければ、当日でのご相談も可能です。