

向粟崎小学校スクールカウンセラーだより No. 8

令和8年1月8日 臨床発達心理士・公認心理師 幸崎 美津男

2026年、あけましておめでとうございます。

お正月、冬休みは、いかがでしたか。雪が降って寒かったけれども、
風邪など引いていませんか。～皆さんにとって、いい年になりますように～



ところで、あなたの今年の目標は何ですか？

目標というと、例えば広い海の真ん中で、どちらに行けばいいか
迷っていたとしましょう。その時、あなたはどうしますか。

遠くの島を見つける。北極星を探す。地図と方位磁石があれば、行き先が決められます。

目標は、あなたの心の北極星、磁石です。迷ったり悩んだりしたときは、思い出してみ
ましょう。また、「本当の自信」にもなります。

【保護者の方へ】

スクールカウンセラーとして、お子さん方の発達・成長を見守りながら困っていることを少しでも解消
できるように、話を聴いたり一緒に考えたりしながら取り組んでいきたいと思っています。ただ、小学校段
階ですと自分から悩みを訴えるということはあまりないようで、保護者の方々からお声がけいただいて、
一緒に考えていくべきだと思っています。

例えば、 学習：学習の遅れやつまずき、登校渋り

友人関係：いじめ、友人とのトラブル、集団にうまくなじめない

発達：じっと出来ない、こだわりが強い

生活：生活習慣、反抗（行動・言葉）など

お子さんに関する相談だけでなく、親御さんご自身やご家族の相談もお受けします。お気軽にお声がけ
下さい。



～スクールカウンセラーが相談室に来る日（通常木曜日）～

1月： 8日・ 15日・ 22日

2月： 5日・ 12日・ 19日・ 26日

※上記木曜日9:15～12:15の予定ですが、変更する事もありますし、又上記以外の日時
ご希望の場合もできる限り対応いたします。どうぞお気軽にお問合せ下さい。