

子どもたちと保護者のみなさんへ

# 中島小学校 カウンセラーだより



令和7年4月スクールカウンセラー 北山 雅実 きたやま まさみ 池田 弘子 いけだ ひろこ

## <こんな人はいませんか?>

★なんとなく気になることがあって、心<sup>こころ</sup>がモヤモヤ…

★なぜかわからないけど、やる<sup>き</sup>気が起<sup>お</sup>こらない…

★なぜかわからないけど、イライラしてばかり…

★気になることがあるけれど、おうちの人にも先生にも話<sup>はな</sup>せない…

何か気になることがあると、何ごとにも「やる<sup>き</sup>」がなくなります。

そして、学校<sup>がっこう</sup>が楽しくなくなったり、友<sup>とも</sup>だちともうまく遊<sup>あそ</sup>べなくなったりします。

そんなときは、スクールカウンセラーと一緒にお話ししましょう。ひみつは必ず守ります。

## <~保護者の皆さんへ~ 「がんばれ」よりも「がんばっているね」>

新学期が始まりました。新しい教室、先生、友達など、今までの生活スタイルや周りの環境が変わり、ワクワク・ドキドキ楽しみでもありますが、緊張と不安により疲れやすく、ストレスが多くかかりやすい時期もあります。そんな中、毎日のご家庭での優しいねぎらいや会話などの、ゆったりとした関わりは、学校での緊張をほぐし、また明日の緊張感に耐えながら意欲を持って活動する力となります。そして、何よりお子様の頑張るエネルギーとなります。今年度も、大切なお子様が学校生活において、ストレスを上手に乗り越えて成長していくように、スクールカウンセラーとして精一杯応援させていただきます。

また、保護者の方々からのご相談も受け付けていますので、お子様の性格のことや、生活態度、子育てについてなど、ほんの些細なことでも気になることがありましたら、お気軽にご相談ご予約ください。

【I 学期の相談予定日】「今年も、大好きな中島小で、2人で連携して頑張ります！」

	4月	5月	6月	7月
北山	14日(月)9:15~14:15 28日(月)9:15~14:15	14日(水)10:00~14:00 19日(月)10:00~15:00	2日(月)10:00~15:00 16日(月)10:00~15:00 30日(月)10:00~15:00	14日(月)10:00~15:00
池田	15日(火)8:30~14:30	13日(火)8:30~14:30 27日(火)8:30~14:30	10日(火)8:30~13:30	

相談を希望される方は学級担任または養護教諭までご連絡ください。中島小学校TEL 0767-66-0055