

# スクールカウンセラーだより

2025年 4月号(No1)

スクールカウンセラー 野川 ゆみ

## 志桜小学校の開校と、ご入学、ご進級おめでとうございます。

スクールカウンセラーの野川です。樋川小学校からのみなさんは、初めてまして、志雄小学校からのみなさんは、今年もどうぞよろしくお願ひします。木曜日に学校に来ています。

さて新学期がスタートし、今まで以上にドキドキとワクワクする日が始まりましたね。初めての校舎や新しい友だちや先生との出合いがあり、うれしいけどきんちょうしたり、それだけで疲れたりするものですね。そんな時に心がけたらよいことは、家や学校でも、できるかぎりいつもどおりの生活をすることです。いつもの時間に同じようなおきまりの行動をすることで、「脳」は安心します。

## おきまりの行動をすることで、心はおちつきます！

- ①おなじテレビ番組を見ながら、朝ごはんをたべる
- ②「いってきます」とハイタッチし家をでる
- ③教室に入るとき、おはようという
- ④家にかえったら、学校のことをほうこくする、おやつをたべる
- ⑤おなじような時間に宿題、おふろに入る、ゲームする、明日のじゅんび、ねるなど



うまくいかないとき、また困ったとき、ちょっとおしゃべりしたいと思ったときには、いつでも声をかけて下さいね。今年も、みなさんとたくさんお話しできるのを楽しみにしています。（下の方法）

### 4月～7月の相談日

#### カウンセラー相談の利用のしかた

スクールカウンセラーと、  
ちょっとおしゃべりしたい、  
スッキリしたい人、いつでもどうぞ！！

①相談ポストに相談カードを入れて下さい。  
(ランチルーム入り口) または、ろうかで会つたりした時に、声をかけてくれてもOK。

②担任の先生に、相談したいことを伝える。  
③おうちの人連絡帳に書いてもらう。

○相談時間 木曜日 OAM: 9:15～12:15

OPM: 13:15～16:15

4月：10日(PM)、17日(PM)、24日(AM)

5月：8日(PM)、15日(PM)、22日(PM)、29日(AM)

6月：5日(PM)、12日(PM)、19日(PM)、26日(AM)

7月：3日(PM)、10日(PM)、17日(AM)

#### 保護者の方もどうぞ！

お子様の事で気になることがありましたら、お気軽に担任の先生、教頭先生にご連絡ください。一緒に考えていきましょう。

午後の時間は多少調整できます。

志雄小学校 0767-29-2052

