

令和8年度

令和8年4月

水神小学校スクールカウンセラー 石川・田島

スクールカウンセラー便り

新年度がはじまり、いつもよりも緊張したり、疲れやすかったり、イライラしたりすることが増えるかもしれません。心の健康も身体と同じで早めの対処が大切です。だるいな、やる気がおきないな、なかなかむれない、朝起きづらい、今まで楽しんでいたことが楽しめないなど感じていませんか？まずは、自分の好きなことをして発散したり、家族や友だちに話をきいてもらったりするとよいでしょう。どうしたらよいか分からないときは相談室でいっしょに考えていきます。

★**児童のみなさん** なにを話せばよいかわからなくてもだいじょうぶです。ひみつは守りますので休みじかんや放課後にお話しにきてください。

★**5年生のみなさん** 6月ごろにカウンセラーとお話をする全員面接があります。ひとり2分から3分くらいお話を予定しています。面接の前にアンケートを書いてもらいます。不安なことや悩んでいること、気になることなどあれば自由に書いてください。

<石川の勤務予定日 9:00~17:00>

4月10日(金)、17日(金)、24日(金)

5月1日(金)、8日(金)、15日(金)、26日(火)

6月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)

7月3日(金)、10日(金)

9月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)

<田島の勤務予定日 9:00~17:00>

4月13日(月)、4月22日(水)、5月11日(月)

6月8日(月)、6月22日(月)、7月2日(木)

9月7日(月)、9月28日(月)

保護者の方で相談を希望される方はご予約をお願いいたします。

(TEL: 03-3681-1952 副校長 矢吹)