

スクールカウンセラーだより

R2年5月

みなさん、こんにちは。スクールカウンセラーのおがわのぶこ小川暢子です。
新型コロナウイルスのために、学校ががっこう やすお休みになり、お友達となかなか会えない、外でそと あそ遊べないなど、今までとはちがうことがたくさん起こって、こま困ったり、不安に思ったりしているのではないのでしょうか。

人のころは、「今までといま きゅう か急に変わってしまったこと」がとてもにがて苦手です。それは、大人も子どもも、みんな同じです。とくに、「いつになったらもと せいかつ元の生活に戻るのだろう」ということがわからないので、不安になってしまいますね。

それは、ころのはたらきとして、あたりまえのことです。ゲームの時間がふえた、おうちの人とケンカがふえた、ということがあれば、それは、ころが不安だからかもしれません。

体を動かす、歌を歌う、絵を描く、なんでもいいので、自分の気持ちを外に出してみましよう。

☆保護者のみなさまへ☆

養育についての悩みや、家庭のこと、お子様に関する不安など、ゆっくりとお話しいただき、これからどうしたらいいのかということ、一緒に考えていきたいと思っています。

話したいことがうまくまとまらなくても、些細なことでも構いません。どうぞお気軽におたずねください。1回の相談時間は50分になります。予約については教頭先生にお問い合わせください。

月曜・水曜・金曜には心の教室相談員の山中先生が、お子様対象の相談を行っています。

※相談内容の秘密について

相談内容の秘密は守られます。どうぞ安心してご相談ください。

1学期の相談予定日（木曜日の10:00～16:00）

5/21	5/28	6/4	6/11
6/18	6/25	7/2	7/16