

こころの健康だより Vo. 1



4月になり、新しい1年が始まりました。本年度も引き続き担当させていただきます、スクールカウンセラーの中東照幸(なかひがし てるゆき)です。子どもたちが元気で健やかに学校生活を過ごせるようにお手伝いしていきたいと思っています。

子どもたちの様子はいかがでしょうか。新1年生は初めての小学校で喜びや緊張、不安など気持ちが不安定になるかもしれません。2～6年生は新しい学年で新しい目標を持ちながら、学校生活を送っていることと思いますが、それと同時に、日々の中で戸惑いや心配事が出てくるかもしれません。

「こんな相談してもいいのかな・・・」と感じたとしても、抱えている悩みは人それぞれです。周囲と比べる必要はありません。「困った」「誰かに相談したい」といったようなときは是非ご活用ください。

1 スクールカウンセラーってなに？

保護者やお子さんの困っていること、気になること、悩んでいることについて、どうしたらいいのか一緒に考えていきます。簡単には解決できないこともあります。お困りの状態や状況から少しでも良い方向に変化するよう、お手伝いをしたいと思っています。

2 どんなことを相談すればいいの？

お子さんに関することや保護者自身のことなど、どんなことでも構いません。
(例えば…登校を渋る・いじめられている・友だち関係がうまくいっていない・落ち着きがない・学習の遅れ・集団生活が不得意・暴力などの問題行動がある・子育てについて自信がないなど)

3 相談の申し込み方法

申し込み方法は、①担任の先生を介しての申し込み、②電話での申し込みがあります。電話での申し込みの際は、千里丘小学校(TEL 06-6388-1577)をお願いいたします。相談内容は本人の了解なしに他の誰かに話すことはありませんので、ご安心ください。なお、1回のご相談時間は45分間とさせていただきます。ご協力をお願いいたします。

来校予定日

相談日時 毎週木曜日(9～17時)

4月… 4/19 4/26 4/27
5月… 5/10 5/17 5/24 5/31

※5月以降も毎週木曜日に来校します

