

スクールカウンセラーだより

みなさん、こんにちは。スクールカウンセラーの鳥本です。

いよいよ夏休みが始まりますね。夏休みは楽しいことや自由な時間がたくさんありますが、それと同時に、不安や気分の落ちこみなども増えることがあります。友だちとの関係がうまくいかない、家族とのコミュニケーションが難しい、自分の将来について考えるなど不安になる、などです。

そんなときは、一人で抱えこまずに、誰かに相談してみましょう。

相談することで、気持ちが楽になったり、解決方法が見つかったりすることがあります。

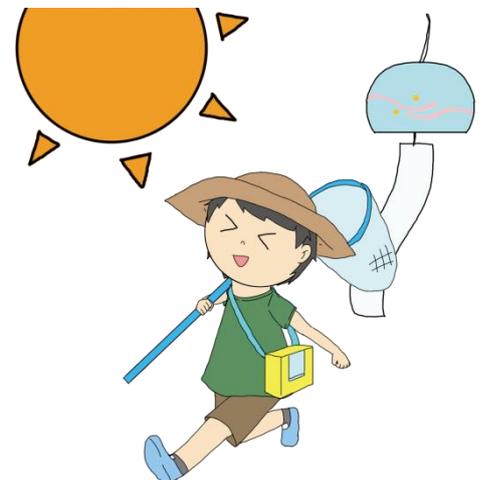
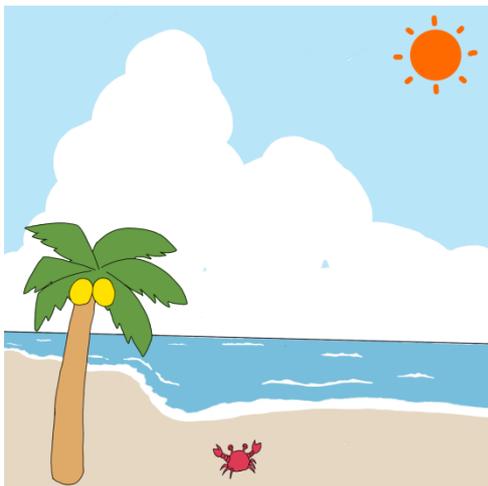


夏休みは、楽しくて充実した時間になるといいですね。

でも、無理をしないでくださいね。

長期間の休みは生活リズムが崩れやすい時期でもありますので、なるべく夜ふかしはやめて、健康的な生活を送ることができるといいですね。

皆さんの元気な姿をまた見るのを楽しみにしています。



スクールカウンセラーの利用について



保護者の皆様へ

カウンセリングは保護者の方のみでのご利用も可能です。お子さんの学校生活のこと、日常生活のこと、保護者の方自身の悩みで相談先がないときなど、どんなことでも構いません。子どもたちが笑顔で学校生活を送れるように、スクールカウンセラーとして心身の健康をサポートしていきます。どうぞよろしく願いいたします。スクールカウンセラーは日進市立南小学校、東小学校、梨の木小学校を兼務しています。週によって来校する学校が異なります。他の学校の来校日に相談することも可能となっていますので、教頭先生にご相談ください。

*相談は予約制です。教頭先生に希望の日にと時間を第 2 希望まで伝えてください。

(予約先 東小学校 教頭 伊藤 晶生 0561-73-2227)

*相談時間は基本 45 分とさせていただきます。

*急な変更がある場合があります。

【相談時間枠】

①10：10- ②11：00- ③11：50- ④14：10- ⑤15：00-

【R5年9月、10月、11月、12月の来校日】

9月8日(東小学校) 9月12日(南小学校) 9月22日(梨の木小学校)

9月29日(南小学校) 10月6日(東小学校) 10月13日(梨の木小学校)

10月20日(南小学校) 10月27日(東小学校)

11月10日(梨の木小学校) 11月17日(南小学校)

12月1日(東小学校) 12月8日(梨の木小学校) 12月15日(南小学校)

*相談は予約制です。各学校の教頭に希望の日にと時間を第 2 希望まで伝えてください。

(予約先 東小学校 教頭 伊藤 晶生 0561-73-2227)

*急な変更がある場合があります。