

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 大貴です。

今年ことしの夏なつも暑いあつですね。体調たいちょうは大丈夫だいじょうぶですか。外そとに出るときの、きちんと水分補給すいぶんほきゅうをして、熱中症ねっちゅうしょうの対策たいさくをしましょう。もうすぐお待ちかねの夏休みなつやすです。ところで、夏休みなつやすは楽しいことたのがたくさんありますが、いろいろトラブルおおも多いなつやすものです。夏休みなつやすに多いお友だちおおのトラブルともを紹介しょうかいします。

- ① 夜遅よるおそくなってもオンラインゲームをぬけないようゲームの相手あいてから言いわれる。
- ② お金かねや物ものを貸かしてと言いわれる。
- ③ 子こどもだけで行いってはいけないいところに行いこうと言いわれる。
- ④ SNSで悪口わるくちを言いわれる。
- ⑤ 違ちがう学校がっこうや年上としうえの人ひとと知りあしって、嫌いやなことを言いわれたりされたりする。

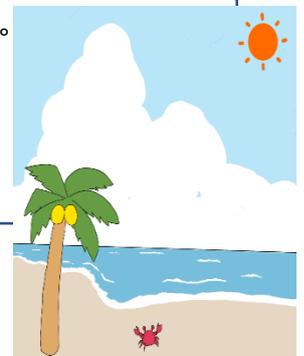


ほかにも色々いろいろあると思おもいます。このように、いやだなあ、と思おもうことを言いわれたりされたりしたときには、しっかりと自分じぶんの気持ちきもちを言いいましょう。でも、それがなかなか難むずかしいですね。そんなときは、こんな方法ほうほうを参考さんこうにしてみてください。

- ① 自分じぶんの気持ちきもちやわけをしっかりと話はなして、ことわる。
- ② 違ちがう場所ばしょを提案ていあんしたり、違ちがう時間じかんや日ひにちで遊あそぶことを提案ていあんしたりする。
- ③ どうしてそういうことを言いうのか、聞きいてみる。
- ④ 自分じぶんの家いえのルールで、そういうことはできなつたいと伝える。

言いうときには、あまり強つよく一方向的いっぽうてきにならないように、相手あいての話はなしや気持ちきもちも聞きいて、それでも自分じぶんの気持ちきもちもしっかりと言いいましょう。

*** 困こまったときは、おうちの人ひとや先生せんせいなど、信しん頼らいできる大人おとなの人ひとにすぐ相そう談だんしましょう。**





スクールカウンセラーの利用について



1. 週によって勤務校が異なります。

第1週・・・南小学校

第2週・・・東小学校

第3週・・・梨の木小学校

第4週・・・南小学校

第5週・・・南小学校

*金曜日に来校します。

*勤務校は以上の通りですが、他の小学校の方も相談は可能です。

*都合上、勤務校が変更する場合があります。ご理解いただけると幸いです。

2. 相談時間について

①9:30- ②10:30- ③11:30- ④14:00- ⑤15:00-

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

(予約先 南小学校 教頭 春山 芳実 0561-73-1320)

*相談時間は基本50分程度とさせていただきます。

*急な変更がある場合があります。

スクールカウンセラー9、10月の来校予定

9月…2日(南小学校) 9日(東小学校)

16日(梨の木小学校) 30日(南小学校)

10月…7日(東小学校) 14日(梨の木小学校)

21日(南小学校) 28日(南小学校)