

そう かすみ草

～ありがとう～

メンタルヘルスタより
日進市立南小学校
令和3年6月
第2号
発行担当者 山田佳奈

みなさんこんにちは。スクールカウンセラーの山田佳奈です。
新学期が始まり、2か月が過ぎようとしています。皆さん、新しいクラス、学校、
先生にはなれましたか？まだドキドキすることもあるかもしれません。自分のペースで
慣れていけるといいですね。

お互いに気持ちのいいコミュニケーションをとってみよう

皆さんは、友達、学校の先生、家族、近所の人など、たくさんの人と会話（コミュニケーション）をとる機会が多くあると思います。

さて、お互いに気持ちのいい会話をしていますか？もしかすると、毎日一緒にいる

家族や仲の良い友達に限って、つつい相手をつつけてしまう言葉

使っていませんか？

相手が傷つてしまう言葉を「チクチク言葉」といいます。

例えば「バカ」「そんなことも知らないの？」「いい

加減にきなさい」「何回言ったらわかるの？」などです。



反対に相手がほっこりいい気持ちになる言葉を

「フワフワ言葉」といいます。例えば「ありがとう

」「助かる」「かわいいね」「よく頑張ったね」「楽しいね」などです。

フワフワ言葉を使うと、周りの人も自分も大切

にできます。そして笑顔が増えると思います。まずはどんなフワフワ言葉があるのか、

一緒に見つけてみませんか？「見つけたよ」という人でお話してくれる人はぜひ、

私にも教えてくださいね。

また「ちょっとチクチク言葉使っちゃったな」「言い過ぎたかな」と思ったときはフワ

フワ言葉の「ごめんね」が言えるといいですね。



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

*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

①9:00- ②10:00- ③11:00- ④13:30- ⑤14:30-

*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 小川 實 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6.7^{がつ らいこうよてい}月の来校予定について

6^{がつ}月…2^{にち}日(南小学校) 9^{にち}日(東小学校)

16^{にち}日(梨の木小学校) 23^{にち}日(南小学校)

7^{がつ}月…7^{にち}日(南小学校) 14^{にち}日(東小学校)

