

スクールカウンセラーだより②

令和2年10月12日

神戸市立高丸小学校

スクールカウンセラー 山田奈津子

児童のみなさんへ

2学期になって、授業やスポーツフェスティバルをおうちの人に見てもらえたり、学校の外へ出かけていく行事ができるようになりましたね。とても楽しみでがんばったからこそ、つかれてしまうこともあると思います。体と心はつながっているのです、つかれている時は、いつものようなやる気がでてこないかもしれません。そんな時は「もっとちゃんとしなくちゃ」と無理をしないで、のんびりしたり、早く寝たりして、ゆっくり体を休ませましょう。休んでも元気にならない、イライラ、モヤモヤした気持ちが長くつづく時には、おうちの人や先生に相談してくださいね。もちろん、スクールカウンセラーがお話を聞くこともできます。

保護者の皆様へ

今年度はコロナウイルスの影響で、生活が大きく変わる中、お子さんの心身の調子はいかがでしょう。子ども達は気持ちを言葉で表現する力が大人ほど育っていないため、行動で表現することがあります。ご家庭で何か気になる様子がありましたら、遠慮なく学校へご相談ください。

スクールカウンセラーも保護者の皆様からのご相談を承っております。「どこに相談したらいいかわからない」「ちょっと話を聞いてほしい」といった時にも、ご利用いただければ幸いです。身近な学校での相談の機会を、是非ご活用ください。

〈相談の申し込み方〉

- ・原則として10時30分～16時までの勤務です
- ・ゆっくりお話を伺うために、相談は予約制で1回50分程度です。
- ・感染予防のためマスク着用の上、換気や距離に配慮した形で対応させていただきます。
- ・直接カウンセラーに希望を伝えていただくか、担任の先生、あるいは教頭先生にスクールカウンセラーへの相談希望とお伝えください。

今年度の勤務予定日

2学期

10月9日(金)、23日(金)

11月6日(金)、20日(金)

12月4日(金)

3学期

1月8日(金)、22日(金)

2月5日(金)、19日(金)

3月5日(金)

