

そうだんしつ 相談室だより

じどう 児童のみなさんへ

こんにちは。スクールカウンセラーの國井康恵（くにいやすえ）です。今年度もよろしくお願
いいたします。入学したり新しい学年になったりしましたね。まずは、学校生活になれるよう、
自分のペースをつくることから始めましょう。今回はみなさんに、相談室の紹介をします。

「相談する」って、どういうこと？

相談とは、「なんとなくモヤモヤする」「どうすればいいのかわからない」「元気がでない」な
ど不安だったり心配だったりするとき、だれかに話していっしょにどうしたらいいかを考える
ことです。相談することは、とても勇気があることです。でも、一人でかかえこまないで、
自分の気持ちを人に伝えることで心が軽くなることもあります。人に相談することは、決し
てはずかしいことではなく、生きていくうえでとても大事なことです。相談室は、『こころの
保健室』だと思ってくださいね。

「スクールカウンセラー」って何をする人かな？

みなさんの「不安や心配なこと」や「気持ち」を聞いて、どうしたらいいかをいっしょに考
え、少しでも元気になるために、安心して学校に通えるようにお手伝いをします。どうぞ気軽に
来てくださいね。

そうだんしつ ぼしよ 相談室の場所

3階の相談室（ランチルームの隣、図工室の前）

そうだん じかん 相談できる時間

金曜日の中休みと昼休み



保護者の皆様へ



小学校では、学校生活や子育てに関する不安や悩みについて、臨床心理学的知見から相談を行っています。お話を聴き、お子様や保護者の方の少しでも安心に向かう手立てをご一緒に考えさせていただきます。

ご入学や新しい学年になって環境が変わり、お子様が過剰に反応されることがあります。それは、状況に適応する力が追いつかず、体や行動、感情に表れている場合もあり、誰にでも起きる自然な反応です。もしお子様が、落ち着きがない、イライラしている、眠れない、ボーっとしている、親から離れたがらないなど少しでも気になることがありましたら、気軽にご相談ください。

ご相談内容については、秘密を厳守いたしますのでご安心下さい。ご連絡をお待ちしています。

【 相談方法 】

場 所 3階の相談室（ランチルームの隣、図工室の前）

相談時間 金曜日 9：35～16：00 1回の相談時間は原則45分程度

午前：① 9：35～10：20 ② 10：40～11：25 ③ 11：30～12：15

午後：④ 13：35～14：20 ⑤ 14：25～15：10 ⑥ 15：15～16：00

ご希望の時間帯をお伝えください。なおご都合と合わない場合は調整させていただきます。

予約方法 下記のいずれかの方法でお申し込みください。

① 電話でのお申し込み

相談室直通電話：042-463-5902

相談室の専用電話へのご連絡は、開室日のみ通じます。

相談中は、お電話に出られない場合がございます。

その際には、再度お電話を頂くか、学校の代表番号までご連絡いただけますようよろしくお願いいたします。

学校の代表番号：042-464-2111

② 担任の先生などを通してのお申し込み

ご希望の日程をご連絡ください。

相談室開室日（金曜日）（※予定が変更する場合がありますのでご了承ください。）

4 月	12日	19日	26日	
5 月	10日	17日	24日	31日
6 月	7日	14日	21日	28日
7 月	5日	12日		