

スクールカウンセラーだより ねんど がっきごう R4年度・3学期号

令和5年1月10日

保谷第二小学校

スクールカウンセラー

● で あ たの 出会いを楽しむヒント

3学期が始まりました！少し気の早い話ですが、3か月後には新しい学校やクラスでの

毎日が始まります。きっと多くの出会いがあるでしょう。そんなときのヒントをご紹介します。

初めて会うこの人はどんな人かな？仲良くなれそうかな？——ドキドキする瞬間ですね。

第一印象で好き嫌いを決めるのは、自分がされてもいい気持ちはしません。もう少し相手を知

ってみましょう。もしその人に欠点や短所があると感じて、悪いところばかり見えてしまうとき

には、一度べつの言葉で言い換えてみるのもいいですよ。べつの言い方をすることで見方が

ポジティブに変わることがあります。たとえば・・・

- ・負けず嫌い→がんばりや
- ・がんこ→意志が強い
- ・落ち着きがない→活動的
- ・優柔不断→じっくり考える
- ・まじめ→信頼できる
- ・無口→言葉を慎重に選ぶ など

「リフレーミング」という方法なのですが、これは自分自身を再発見するのにも役立ちそうで

すね！ぜひ試してみてください。

● ねんせい ぜんいんめんせつ ほうこく 6年生の全員面接・ご報告 →ウラへ

● 保護者の皆さまへ

進級・進学にあたり気がかりはございませんか？何でもご相談ください。

☆ご予約いただくと確実です・・・担任の先生を通して、または学校代表番号や相談室直通番号にお電話でお申し込みください。

(相談室電話：042-463-5748 *留守電にメッセージをお願いします。)

《 1～3月の相談日 》 ◎ 在校 8:30～17:00

1月：10日(火)、13日(金)、20日(金)、27日(金)

2月：3日(金)、17日(金)、24日(金)、

3月：4日(金)、11日(金)、18日(金)

● ねんせい ぜんいんめんせつ 6年生の全員面接

* 東京都教育委員会による5年生対象の事業ですが、ホニ小では高学年の2年間にわたって

実施しています。

2学期に6年生の全員面接を行いました。全員面接に先立って実施したアンケートの結果をお知らせします。今の気持ちや体調はどうでしょうか？自分をふりかえるきっかけにしてもらえたらと思います。

<アンケート結果より>

1. 最近の調子はどうですか？（複数回答で○をつける）

* トップ5：①いつも通り ②楽しい ③元気 ④眠い ⑤やる気がある

- ・ ①「いつも通り（45名）」、②「楽しい（43名）」、③「元気（41名）」と、トップ1から3まで、どの項目も大差なく60%前後の6年生がチェックしました。
- ・ ④「眠い（31名）」は45%でした。5年生の時と比べると眠気を訴える児童が格段に増えていますが、塾の日数が増えるなどして就寝時間が全体に後ろ倒しになっているようです。一方で、⑤「やる気がある（24名）」人は35%で、勉強や趣味などに取り組んでいて寝る時間が遅くなる傾向も見られました。

2. 好きなものや好きなこと、得意なことを教えてください。（自由記述）

* こんな答えが多かったです：

スポーツ（体を動かすこと、バスケ、野球、ダンス、サッカー など）

文化活動（ゲーム、絵を描く、アニメ、読書、音楽を聴く など）

友達（みんなと遊ぶ、友達と話す、誰かの助けになる など）

学習（算数、そろばん、社会、プログラミング、暗算、漢字 など）

好物（果物、トマト、納豆、肉 など）

マイブーム（さまざまな韓国文化、猫、犬、寝ること など）

- ・ どの項目も、バリエーションに富み、個別性の高い内容の回答でした。それぞれが、好きで自ら選んだものをしっかりと挙げているのは素晴らしいと感じました。これからも自分を知り、自分の好きなことを見つけていってほしいと願っています。

3. いま気になること、心配なこと、困っていることはありますか？（複数回答で○をつける）

* 最も多かったのは「特にない（42名）」という回答で、全体の61%でした。

* 次いで「勉強」を挙げた人が16名（23%）で、4～5人にひとり勉強のことが気になっています。受験のこと以外では、算数が苦手という人が多かったです。

* 三番目に多かったのは「友達のこと（10%）」でした。ふだんは仲の良い人でも、ちょっとした行き違いや思い出すとモヤっとすることが時々ありますね。

- ☆ 5年生の時もよく協力してくれた皆さんですが、1年が経ってこんなにも成長してすごいなあ、と感心しました。入退室のあいさつが皆さんとても立派でしたし、面接でも自分のことを言葉にしようとする態度から誠実さと表現力の充実が感じられました。春からは中学生となり、新しい生活が始まります。卒業前に整理したいこと、言葉にしたいことがあったらスクールカウンセラーを利用するのもよいかもしれません。声をかけてください。