



相談室だより

令和5年9月号

長い夏休みが終わりました。2学期が始まる時、みなさんはどんな気持ちでしたか？「楽しみだ！」「なんだか心配だな…」「行きたくないなあ」など、いろんな気持ちがあると思います。どんな気持ちも大切な気持ちです。気持ちのきりかえがなかなかできなくて、つらい気持ちになるときもあるかもしれません。よかったら、そんなみんなが感じた気持ちを、相談室にお話にきてくださいね。

＜こころの天気予報＞

今、みなさんは、どんな気持ちですか？

自分の気持ちをだれかに伝えることは、人とかかわる上で、とても大切なことです。

自分の気持ちを天気にあてはめて、お友だちやおうちの人と気持ちについて、お話してみませんか？

晴れ → ころがすっきりしていて、ほかほかいいかんじ。

くもり → なんか気になることがモヤモヤしているかんじ。

雨 → 悲しいことがあって、涙があふれてきそうなかんじ。

かみなり → ショックに思うことがあって、ほかのことが考えられないかんじ。

ほかにも、たくさんいろいろな気持ちがあると思います。

思いついた天気があったら、ぜひ相談室にお話にきてくださいね！

★相談ポストについて★

相談室のろう下に、ポストがあります。

相談カードに、相談したい日と時間を書いてポストに入れてください。

もし、その時間があいていたら、スクールカウンセラーの先生が、

相談チケットを渡しにいきます。

(時間があいてなかった時は、別の時間に来てもらうかもしれません)

予約の仕方は、ポストの近くにはっておくので、みてください。

★相談室のルール★

- ・スクールカウンセラーの先生がいる20分休み、昼休みに使えます。
- ・相談が入っている場合は、休み時間でも使えません。
- ・授業中に相談したいときには、担任の先生に許可をもらいましょう。
- ・使ったものは、もとの場所にもどしましょう。

保護者の皆さまへ

例年以上に暑い夏休みだったと思います。みなさま、どんな夏休みをお過ごしになったでしょうか。きっとお子さんたちの成長を感じる場面もあったかと思います。反対に、お子さんとの関係や、これからのことで、心配に思うこともあるかもしれません。2学期は、行事も多く、子どもたちの様子が変わる時期でもあります。お子さまのご様子で気になることがあったら、小さなことでも、ぜひお気軽にご相談にきてください。

開室日 (変更になる場合もございます)

【場所】

1階 保健室となり (相談場所は変更になる可能性があります)

【開室時間】

火・木曜日 10:00~17:00 (松本)

月曜日 8:30~17:00 (上関)

【予約方法】

- ・担任の先生を通じての予約もできます。
- ・直通の電話もございますので、ご利用ください。

留守番電話にお名前とご連絡先を入れていただければ、折り返し、お電話を差し上げます。

留守番電話の内容は、スクールカウンセラー以外、確認いたしません。

【その他】

- ・相談内容は原則、秘密厳守となります。ご安心ください。
 - ・現在、お電話でのご相談もお受けしております。
- 外出に不安がある方や来校が難しい方は、ぜひご利用ください。

直通電話：042-388-0046

9月

月	火	水	木	金
				1
4	5	6	7	8
上関	松本		松本	
11	12	13	14	15
上関	松本		松本	
18	19	20	21	22
	松本・上関			
25	26	27	28	29
上関	松本		松本	

10月

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
上関	松本		松本	
9	10	11	12	13
		上関	松本	
16	17	18	19	20
	松本		松本	
23	24	25	26	27
上関	松本・上関		松本	
30	31			
	松本			