

令和2年5月25日

立川市立第七小学校

校長 田村 聡

スクールカウンセラー 大石眞理

スクールカウンセラーだよ!

一年生のみなさん、ご入学おめでとうございます! 在校生のみなさん、進級おめでとうございます。スクールカウンセラーの大石眞理です。

コロナウィルスの影響で学校のお休みが続きましたが、久しぶりにガイダンスでみなさんの顔が見られてほっとしました。休校でのんびり過ごせている人、つまらないと思っている人、外に出るのが怖いと思っている人、それぞれ感じ方が違うと思います。いままでとは違う生活のなかで、イライラしたり、心配になったりとストレスを感じることは自然なことです。それをためないで上手に解消することが大切です。話しをすることも解消するための一つです。

今年度もスクールカウンセラーは、週一回(5月は月曜日、6月は金曜日)に来ています。心配なこと、イライラすること、困っていることがあったら、いつでも気軽に連絡ください。電話でも大丈夫です♪

保護者のみなさまへ



新緑のさわやかな季節ですが、新年度スタートから緊急事態宣言ではじまり延長され、保護者のみなさま、お子さまはいかがお過ごしでしょうか? スクールカウンセラーの大石眞理と申します。今年度で2年目になります。どうぞよろしく願いいたします。

今年は普段とはまったく違う新年度を迎え、生活も大きく変わり、緊張や不安、ストレスを感じることも多くあるかと思います。よく見られる子どもの不安のサインには、下記のようなことがあります。

●子どもが発信する不安のサイン

イライラしたり怒りっぽくなったりする 甘える、赤ちゃん返りをする

やたらにはしゃいでいる 聞き分けが悪くなった

必要以上に怖がったり心配したりする 頭痛、腹痛を訴える

このような状況のなか、大人も子どももストレスを感じるのは自然なことです。そして上手に自分にあうストレスを解消する方法を見付けることが大事なことだと思います。気になること、ご心配なことがございましたらご相談ください。子どもだけでなく保護者の方の相談も受けております。

どうぞお気軽にご連絡ください♪

☆5月はガイダンスのある月曜日に来ています☆

☆6月以降は金曜日に来ます。

6月5日(金)、12日(金)、15(月)、26(金) 8:30~16:30

●面談だけでなく、電話でのご相談も受け付けております。

ご相談の方は、事前に学校にご連絡ください(ご予約の連絡は金曜日でなくてもかまいません)。

