



そ う だ ん し つ

相談室からのお知らせ

2021. 4. 16
伊勢市立四郷小学校

今年度も四郷小学校にスクールカウンセラーが来ます。相談したいことがあったら気軽に担任の先生や保健室の先生に「スクールカウンセラーの先生と話をしたいです」と伝えてね。

今年度のスクールカウンセラーは、昨年度と同じ **林 香織** さんです。

◇心がつかれている人はいませんか？◇

今、あなたの心は元気ですか？友だちや家族のことでなやんでいませんか？うまく友だちと関われなくて、「自分が悪い。自分はダメだ。」と思ったり、やる気をなくしたりしていませんか？

心がつかれているときは、そっとしておいてほしいと思うときもありますが、だれかに聞いてもらうことで心のつかれやなやみは軽くなります。つらい時は、だれかに相談してみましよう。

◆カウンセリングについて◆

カウンセリングは、心を軽くしてくれます。心のつかれは、自分が気づかぬうちにどんどんたまってしまうものです。そのままにしておくと体の調子が悪くなってしまふこともあります。この頃よく眠れなかったり、食欲がなくなったりすることはありませんか？一人でなやまないで「相談」しにきてください。

<R3年度 スクールカウンセラーが来る予定の日> * * * * *

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| ● 4月23日(金) 9:00~12:00 | ● 10月19日(火) 9:00~11:00 |
| ● 5月 7日(金) 12:30~16:30 | ● 11月 2日(火) 9:00~11:00 |
| ● 5月25日(火) 9:00~11:00 | ● 11月26日(金) 9:00~11:00 |
| ● 6月 8日(火) 9:00~11:00 | ● 12月 3日(金) 12:30~16:30 |
| ● 6月29日(火) 9:00~11:00 | ● 1月18日(火) 9:00~11:00 |
| ● 9月 3日(金) 9:00~12:00 | ● 2月 4日(金) 9:00~12:00 |
| ● 9月14日(火) 9:00~11:00 | ● 2月15日(火) 9:00~11:00 |
| ● 10月 1日(金) 12:30~16:30 | |

<保護者のみなさまへ>

保護者のみなさまのカウンセリングも行います。お子様のことやご自身のこと、子育てのことなど気になっていることがあれば、ぜひ、「相談室」をご利用ください。ご利用の際は、スクールカウンセラーとの時間の調整をしたいので、予約を取らせていただきます。お手数をおかけしますが学校へ電話やお子様の連絡帳を通じて予約の連絡をしていただきますようお願いいたします。



<新型コロナウイルス感染症に係る面談の留意事項>

- 面談の前に、検温をしてきてください。
面談の前に検温とかぜ症状の有無について、確認させていただきます。発熱等のかぜ症状があった場合は相談することができません。
- 面談前には手指消毒をお願いします。
- 面談時には部屋の換気をさせていただきますので、衣服等による温度調節をお願いします。
- 咳エチケットを遵守し、スクールカウンセラーはマスクを着用させていただきます。保護者の方につきましてもマスクの着用をお願いします。
- 相談者とスクールカウンセラーとは、飛沫がかからないよう十分な距離をとらせていただきます。感染予防のためであることをご理解ください。

