



# そうだんしつ 相談室だより no.1

令和4年4月18日  
調布市立緑ヶ丘小学校  
スクールカウンセラー  
近藤幸子・堀井佳恵

## 1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます

1年生のみなさん、みどりがおかしょうがっこうへ、ようこそ！ がっこうせいかつがはじまりましたね。はじめてのこと、おぼえること、たくさんありますね。いろんなことをやるのはたいへんだけど、がっこうのぼうけんをしているとおもって、ちょうせんしてみましよう。みんながおうえんしています。



## 2年生～6年生のみなさん、<sup>しんきゅう</sup>進級おめでとうございます

<sup>あた</sup>新しい学年がはじまりました。<sup>しんが</sup>新学期に、<sup>か</sup>変わったこと、<sup>あた</sup>新しくなっ  
たことはどんなことですか？ やったことのない係に<sup>か</sup>チャレンジしたり、<sup>にがて</sup>苦手克服を  
<sup>もくひょう</sup>目標にしたりするなど、<sup>あら</sup>新たな<sup>きもち</sup>気持ちで<sup>ちょうせん</sup>挑戦してみるのもいいですね。<sup>まえ</sup>前から<sup>つづ</sup>続けて  
いる人も、<sup>ひと</sup>頑張りましよう、<sup>おうえん</sup>応援しています。

スクールカウンセラーは、みなさんが<sup>がっこう</sup>学校で<sup>きもち</sup>気持ちよく<sup>よ</sup>すごせるように、<sup>こま</sup>困ったこと  
や<sup>しんぱい</sup>心配なことを<sup>いっしょ</sup>一緒に<sup>かんが</sup>考える人です。<sup>ひと</sup>教室での<sup>きょうしつ</sup>学習の様子や、<sup>がくしゅう</sup>休み時間の<sup>ようす</sup>様子を見に  
<sup>い</sup>行くこともあります。<sup>きがる</sup>気軽に<sup>こえ</sup>声をかけてくださいね。<sup>しず</sup>静かに<sup>はな</sup>話したいときは、<sup>こころ</sup>心の<sup>きょうしつ</sup>教室  
で<sup>はな</sup>話すことができます。

<sup>こころ</sup>心の<sup>きょうしつ</sup>教室は2階、<sup>かい</sup>職員室の<sup>しょうかい</sup>向かい側<sup>む</sup>にあります。<sup>こころ</sup>心の<sup>きょうしつ</sup>教室にカウンセラーがいる  
<sup>とき</sup>時は<sup>ちよくせつこえ</sup>直接声をかけてください。<sup>よやく</sup>予約して<sup>そうだん</sup>相談することもできます。

### こころのきょうしつ<sup>の</sup>よやく<sup>の</sup>しかた

- ① <sup>しょうくいんしつ</sup>職員室の<sup>まえ</sup>前に、<sup>よていひょう</sup>予約カードと<sup>ポスト</sup>ポスト、<sup>よていひょう</sup>予定表の<sup>ポスター</sup>ポスターがあります。
- ② <sup>ポスター</sup>ポスターを見て、<sup>きぼう</sup>希望の<sup>あ</sup>時間が空いているか<sup>確認</sup>確認しましよう。
- ③ <sup>よやく</sup>予約カードに<sup>名前</sup>名前と<sup>希望</sup>希望の<sup>時間</sup>時間を書いたら、<sup>点線</sup>点線から<sup>切って</sup>切って、

<sup>はんぶん</sup>半分は<sup>も</sup>自分で<sup>いっぽう</sup>持ちもう一方を<sup>ポスト</sup>ポストに入れてください。



うらもあります」

□■ 1学期の予定です ■□

月曜：近藤 木曜：堀井

4月						
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
<b>11</b>	12	13	<b>14</b>	15	16	17
<b>18</b>	19	20	<b>21</b>	22	23	24
25	26	27	<b>28</b>	29	30	

5月						
月	火	水	木	金	土	日
						1
<b>2</b>	3	4	5	6	7	8
<b>9</b>	10	11	<b>12</b>	13	14	15
<b>16</b>	17	17	<b>19</b>	20	21	22
<b>23</b>	24	25	26	27	28	29
30	31	※ 5月23日(月曜)は13時までです				

6月						
月	火	水	木	金	土	日
		1	<b>2</b>	3	4	5
<b>6</b>	7	8	<b>9</b>	10	11	12
<b>13</b>	14	15	<b>16</b>	17	18	19
<b>20</b>	21	22	<b>23</b>	24	25	26
<b>27</b>	28	29	<b>30</b>			

7月						
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
<b>4</b>	5	6	<b>7</b>	8	9	10
<b>11</b>	12	13	<b>14</b>	<b>15</b>	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※ 7月15日(金曜)は近藤です

### 保護者のみなさまへ

ご入学、ご進級、おめでとうございます。

今年度心の教室は、月曜日は近藤幸子、木曜日は堀井佳恵が担当いたします。よろしくお願いいたします。

新学期が始まり、お子様の生活にはいろいろな変化があったかと思います。環境の変化は誰にとってもストレスとなりますが、加えて今年は、テレビやネットで戦争のニュースが流れています。不安な気持ちになるだけでなく、ニュースが日々続くことで心は疲れ傷ついています。それは子供だけでなく大人でも同じです。自分の安心につながるものは何か、探してみてください。小さなことでもいいので自分の落ち着くこと、楽しいこと好きなもの、大切にしていきたいと思っています。



#### ご相談について

スクールカウンセラーが来ている日は、電話でお話することもできます。お気軽にご利用ください。スクールカウンセラーの勤務している日で電話がつかない場合や、勤務日ではない場合は、留守番電話にメッセージを残すことができます。録音していただいた場合は、折り返し連絡いたします。お名前・ご連絡先など、差し支えない範囲で残してください。

連絡先      心の教室直通 ☎ 03-3308-9940  
                  緑ヶ丘小学校 ☎ 03-3308-6166

※イラストは、わたなべふみさんの web サイトから利用させて頂いています。ありがとうございます。