

スクールカウンセリングだより

高の原小学校のみなさんへ

相談室が開いている日と時間と場所（1学期）

- 【4月】 15日 24日 *相談時間：9:30～16:00
- 【5月】 13日 22日 *場所：会議室
- 【6月】 3日 12日 24日
- 【7月】 3日 15日



1学期はこの日程で相談室に来室しています。相談してみたいなと思ったら、

- ① 担任の先生か保健室の先生に話して、申し込んでもらう。
- ② おうちの人に話して、申し込んでもらう。

という方法があります。何か相談したいことがあったら、申し込みをして来てください。

保護者の皆様へ

お子様のご入学、ご進級おめでとうございます。保護者の皆様と一緒にお子様のことを考えていきたいと思っています。どんな小さなことでも結構ですので、気軽にお話にいらしてください。申し込みは担任、養護教諭、教頭が窓口になっていますのでご連絡ください。どうぞよろしく願いいたします。

スクールカウンセラー 山本恵子

★ 新学期の過ごし方のポイント

ゆっくり休みましょう！

4月は環境が大きく変化する時期です。新しい環境に適応しようとしてつい頑張りすぎてしまうお子さんも多いようです。お家ではゆっくり過ごせるように心がけてあげてください。



ストレス軽減に笑ってみる

「ははははは」と声を出して笑う。面白くて笑っても、ただ声を出して笑うだけでも、ストレスを軽減する効果があります。

.....きりとりせん.....

スクールカウンセリング申込書

希望日： 月 日

希望時間：

年 組 氏名 (相談者の続柄)