



そうだしつ だより

令和6年4月26日

昭島市立富士見丘小学校長 稲垣達也
スクールカウンセラー 河上純子

～児童のみなさんへ～（おうちのひとといっしょに読みましょう）

1年生のみなさん、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河上純子です。4月から富士見丘小学校に来ることになりました。みなさんが安心して学校生活を送れるように、お手伝いしたいと思っています。これから1年間、よろしくお願いします。

スクールカウンセラーってなあに？

名前を聞いたことはあるけど、何をする人なの？と思っている人も多いのではないのでしょうか。
今回は、スクールカウンセラーについて紹介します。

①悩んでいること、話したいことを聞きます

生活の中ではガマンすることもあるかもしれません。でもずっとガマンをしていると、心はとっとうしんどくなります。自分の中にためるだけでなく、ちょっとだけでも話をしてみませんか？

②「自分を見つめる」お手伝いをします

話をしていると「自分ってこんなふうになっていたのか」「自分ってこんなところがあったんだ」と思うことがあります。新しい自分を発見したり、それを見つめるお手伝いをします。

③「ちょっとしたコツ」をいっしょに考えます

「物は考えよう」「気の持ちよう」という言葉があります。お話ししながら前向きに物事を見るコツや取り組むコツをいっしょに考えます。

お話しできる時間

曜日と時間：木曜日の中休み・昼休み・放課後

場所：南校舎1階の相談室（音楽室のとなり）

方法：①学校の先生方に相談室に行きたいと伝える、②スクールカウンセラーに直接伝えるなどの方法で事前に約束をしておくとお話ししやすくなります。

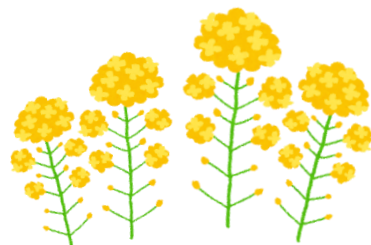
もちろん直接相談室に来て大丈夫です！

（先に約束をしている人がいる場合には、ほかの時間になることがあります）

※ 学校代表電話は共用ですが、SCまでは匿名でお繋ぎすることも可能ですので、遠慮せず、「匿名で」と申し出てください。

スクールカウンセラーはクラスにみなさんの様子を見に行くこともあります。

気軽に話しかけてくださいね。





～ 保 護 者 の み な さ ま へ ～

お子さまのご入学やご進級おめでとうございます。今年度の富士見丘小学校のスクールカウンセラーの河上純子と申します。これから、どうぞよろしくお願い申し上げます。

新しい生活が始まってしばらく経ちましたが、お子さまの様子はいかがでしょうか。新しい環境に慣れるのにも子ども達それぞれのペースがあります。とくに4月は新しいことだらけなので、大人が思っている以上にエネルギーを使っています。ご家庭ではいつも以上にリラックスして過ごす時間を作ってあげてください。おうちで元気を回復することが明日の元気になります。

そうはいつでも気がかりなこと、心配なこともあるのが子どもの成長でもあります。保護者のみなさまの笑顔を支えることも、子どもを支えることと相談室では考えております。ご自身にとってはささいなことのように感じることも、気になるなと思った時が「相談時」です。ぜひお子さまのことを一緒に考える場所として気軽にご利用ください。

相談室の利用方法

相談室は木曜日の8:45～16:15（最終受付は15:30）に開いています。ご予約いただくとゆっくりお話を伺えると思いますので①担任や学校の先生方に、②木曜にスクールカウンセラーに直接、お電話（学校代表電話：042-541-0055）や連絡帳などでご希望のお時間をお伝えください。

※ 学校代表電話は共用ですが、SCまでは匿名でお繋ぎすることも可能ですので、遠慮せず、「匿名で」と申し出てください。



4～7月の開室日

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

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

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

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