



相談室だより



令和6年7月

小平市立小平第一小学校

スクールカウンセラー 元木 咲葵

みなさんこんにちは。1学期はどんな時間でしたか？1年生ははじめての小学校生活、2年生～6年生は新しい学年・新しいクラスで不安やきんちょうを感じた人もいるかもしれません。もうすぐ夏休みが始まります。しっかりリフレッシュして、また2学期にお会いしましょう！

みなさんは、夏休みにはどんな予定がありますか？たとえば、「旅行に行く」「遊園地に行く」などの「最高に楽しいこと」は毎日はないかもしれません。しかし、「ちょっぴり楽しいこと」は、毎日の生活の中にたくさんあります。そんなちょっぴり楽しいことを集めた「ちょっぴりウキウキリスト」をつくってみましょう。

Aさんのちょっぴりウキウキリスト

- ・大声で笑う
- ・友だちとおしゃべりする
- ・音楽をきく
- ・笑顔であいさつをする

あなたのちょっぴりウキウキリスト

- _____
- _____
- _____

夏休みの時間を使って、「ちょっぴりウキウキ」をたくさん見つけてくださいね。

保護者の皆様

お子さんについてご心配なことがありましたら、お気軽にスクールカウンセラーにご相談ください。事前にご予約をとっていただければ、确实にご相談が可能です。

毎週火曜日の8時30分から16時30分までの時間は、相談室直通の電話【042-341-1060】での対応が可能です。他の曜日・時間帯は留守番電話になっていますので、学年・クラス・お名前・電話番号を残していただければ、火曜日に折り返しのお電話をします。