

令和8年1月16日

そうだんしつだより

小平市立小平第六小学校 校長 寺尾 千英
スクールカウンセラー 重富 恵理

じどう 児童のみなさんへ

寒い日が続いていますね。寒さで、「何だかつかれたな」、「やる気が出ないな」という人もいるかもしれませんね。寒くても身体を動かしたり、早寝早起きを心がけたりして、心と身体の調子を整えながら、3学期も元気にすごしていけるといいですね。

「何だか気持ちがすっきりしないな」という人や「心がモヤモヤするな」という人は、まわりの人に自分の気持ちを話してみると、すっきりできるかもしれません。相談室でもみなさんの話を聞くことができるので、「話してみたいな」「相談してみたいな」という人は、ぜひ相談室に話しにきてくださいね！

すいようび なかやす ひるやす
そうだんしつは、**水曜日の中休み・昼休み**にあいています

スクールカウンセラー来校予定日

(原則として水曜日)

1月	21日、28日
2月	4日、18日、25日
3月	4日、11日、18日

りめん
(裏面あり)

保護者の皆様へ

寒さの厳しい日が続きますね。冬休み明けのお子様の様子はいかがでしょうか。「年末年始は元気だったのに最近元気がないな」、「前とちょっと様子が変わってきたな」ということはないでしょうか。お子様のことでご心配なこと等がありましたら、ちょっとしたことでも結構ですので、遠慮なくご相談ください。また、「お子様とどのように接したらいいかわからない」、「子育ての不安がある」等のご相談も受け付けております。どのようなことでも構いませんので、お気軽にご相談いただけたらと思います。

スクールカウンセラーとは

- 臨床心理士、公認心理師の資格をもっています。心理の立場からご相談をうかがいます。
- 児童のみなさん、保護者の皆様、先生方のご相談をうかがいます。
- カウンセラーには守秘義務があります。お話しいただいた内容の秘密は守ります。

- スクールカウンセラーは、**週に1回、原則として水曜日**に来校しております（詳細は表面のスクールカウンセラー来校予定日をご覧ください）。
- 相談室は、**校舎2階の会議室の隣**にあります。
- 相談できる時間は、原則として**8時45分～16時**です。
- 相談時間は**1回約45分**が目安となっております。8時45分～、9時35分～、10時45分～、11時35分～、13時20分～、15時15分～の枠が基本ですが、ご都合に合わせて設定いたします。
- スクールカウンセラーの来校日に相談室に直接来てくださってもかまいませんが、校内を巡回中のときや面談中のときがあります。ご相談は事前に予約いただけないと、時間をしっかり確保してお話をうかがうことができます。

予約のとりかた

- 相談室に直接お電話いただくか、担任の先生を通して、または学校へお電話いただき、予約をお取りください。

相談室直通電話 042-341-0006

※スクールカウンセラーの来室日のみつながります