

平成26年5月22日
光が丘四季の香小学校
ふれあい相談室 秋本・田中



四季の香小学校のお友だちへ

みなさん、そろそろ運動会ですね。運動会に向けて練習がんばっていますか？

新しいクラスになったり、新しいお友だちができたり、新しい生活がはじまったりと、なれないことも多いなか、みんなががんばって練習している姿に、とっても元気をもらっています。

みんな、自分の力を出し切って、運動会がんばってくださいね。

そんな中、自分でも気がつかないうちに、体だけではなく、心もつかれてくることもあるかもしれません。あたまがいたい・・・、おなかがいたい・・・、元気がでない・・・などといったことはありませんか？もしそんなことがあれば、もしかしたら心がかかっているサインかもしれません。そういうときは温かいお風呂にはいって、早めにお布団に入るようにして、体も心も休めてあげましょう。また、よかったら相談室にも遊びに来てくださいね。



保護者の皆様へ

運動会が近づいてまいりました。お子様方は日々練習に打ち込み頑張ってもらっていることかと思えます。この時期、大人でも五月病が現れる時期であります。子供たちも同じようにだんだんと疲れが出やすくなる時期でもあります。ただ、子供は大人のようにやる気がおこらないとか疲れやすいとか気分が落ち込むといった精神症状よりも、頭痛・腹痛や食欲がないといった身体症状のほうにより現れやすいのが特徴です。お子様のちょっとした変化やサインを見逃さないよう、この時期はいつもより少し丁寧に見守っていただけたらと思います。

もし、お子様のことで気になることやお困りのことがございましたら、些細なことでもかまいません、お気軽にご相談ください。

相談室訪問についてのお知らせ



今年度は相談室を知ってもらい、いつでも安心して相談しやすい環境をつくるということを目的に、5学年の皆さんに3～7人のグループで中休みと昼休みの時間に相談室訪問を実施しております。原則木曜日にスクールカウンセラーの田中が、5月から7月の間で順次進めてまいります。すでに元気一杯の皆さんの笑顔にお会いして、普段教室ではできないお友達の話聞く機会にもなっているようです。皆さんにお会いできるのを楽しみにしております。

ふれあい相談室連絡先

☆受付時間 8:30 ~ 16:00
 ☆担当 月・水・金 ふれあい相談員 秋本邦宏
 木 スクールカウンセラー 田中みほ
 ☆連絡先 相談室直通 **080-2011-8265**

03-3977-2711 (光が丘四季の香小学校)
 ☆場所 ふれあい相談室 (1階 保健室のそばにあります)

相談室のあいている日

5月

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

6月

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

7月

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