

# ひまわり相談室だより

練馬区立光が丘夏の雲小学校

校長 外山 俊吾

令和8年4月

スクールカウンセラー 鈴木 明子

心のふれあい相談員 中村 愛子


## <児童のみなさんへ>

新しい学年が始まりましたね。少しずつじっくりなじんでいきましょう。

今年も夏雲小の“ひまわり相談室”には相談の先生が2人います。相談室では、みなさんのお話をゆっくり聞いて、どうしたいか、どうしたらいいかなど一緒に考えます。「相談ではないけれど、ちょっと話を聞いてほしい」「静かな部屋で気持ちを落ち着けたい」という時も、えんりよせずに気軽に来てください。


授業の様子も見に行きますので、廊下で会った時など、新しいクラスのこと、お友達のことなど、ぜひいろいろ教えてくださいね。

★秘密は守りますので、安心してお話してください。

 鈴木 明子 (すずき あきこ)

今年で3年目になりました。みなさんの笑顔が増えるように、一緒に考えていきたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします。



 中村 愛子 (なかむら あいこ)

今年度、2年目になります。みなさんが安心して学校生活を送れるよう、お手伝いができたらうれしいです。どうぞよろしくお願ひします。



## <1学期の相談日と時間>

すずき きほんてき まいしゅうかようび  
鈴木：基本的に 毎週火曜日 9:00~17:30

4月：14日(火)・21日(火)・28日(火)

5月：12日(火)・19日(火)・26日(火)

6月：2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)

7月：7日(火)・14日(火)

なかむら きほんてき まいしゅう げつ すい もく なかやす ひるやす  
中村：基本的に 毎週(月)(水)(木)中休み、昼休み

おも じどう そうだん う  
\*主に、児童のみなさんの相談を受けます

## <保護者の皆様へ>

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい生活に慣れていくこの時期、子どもたちも気を張って過ごすことが多いようです。ほっとできるご家庭で緊張の糸が緩んで、“がんばりの反動”が見られることもあります。ゆっくり休養をとって体の調子を整えるとともに、お子さんが元気になること、好きなことができる時間などを通して上手に気分をほぐせるようにしていきたいですね。

心のふれあい相談員、スクールカウンセラーは主に次のような活動で、お子さんたちの学校生活をサポートします。今年度もどうぞよろしく願いいたします。

### ☆児童の相談・話し相手

子どもたちの心配ごとや悩みを聞き、解決策を一緒に探ります。また、小学生は自分の気持ちを言葉では十分に表現できないこともあります。何気ない会話をしたり、好きな絵を描いたりという時間を過ごす中で、気持ちの整理をしたり元気を取り戻したりすることも多くあります。何かあった時に相談しようと思ってもらえるような、身近な“顔の見える存在”になれたらうれしいです。

### ☆児童理解

相談のない時間には、校内を回って各学級の授業などを参観しています。日常の様子を元に子どもたちの成長を先生方と確認しあい見守っていきます。

### ☆保護者の方の相談

お子様について気がかりなこと、ご心配がおありの際には、身近な窓口としてお気軽にご利用ください。ご家庭での様子やこれまでの成長をうかがい、学校の様子ともすり合わせながら、保護者の方と考えていきます。担任の先生などお子さんに関わる先生方も交えて話し合いを進めていくこともできます。

### **【相談の申し込み方法】**

- ① 担任の先生や養護の先生を通して、ご希望の日時をお伝えください。  
スクールカウンセラーから折り返し連絡をご希望の際は、ご連絡先も含めてお伝えください。
- ② 学校か、相談室直通電話にお電話でご予約いただくこともできます。  
相談室直通電話：090-7197-2786  
つながらなかった時は、お手数ですが改めてお電話いただくか、学校あてにお電話ください。
- ③ 保護者会など学校にいらした際でも、ぜひお気軽にお立ち寄りください。  
その場ですぐにお話を伺えない場合も相談予約ができます。

