# スッキリルームだより

令和2年7月1日

練馬区立大泉学園小学校 校長 加賀田 真理

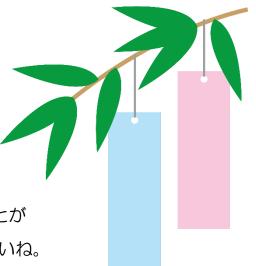
スッキリルーム

## <sup>なっ げんき</sup> 夏を元気にのりきろう

梅雨あけが近づく時期は、日によって涼しかったり いる。 を記念の差が大きく、体が疲れてしまうことが あります。また、心にも疲れが出やすい時期です。

「よく寝ること」「しっかり栄養をとること」「ゆっくり 過ごす時間もつくること」を大切にしましょう。

なんとなく気分が落ち込む、いらいらする、といったことが 続く場合は、ぜひスッキリルームへお話をしに来てくださいね。



## 〈 保護者の皆様へ 〉

学校が再開して 1 か月がたちます。お子様の様子はいかがでしょうか。新しい生活様式にまだとまどっているお子様や、不安で心が落ち着かないお子様もいるかもしれません。

お子様について、何か気がかりなこと、どう対処したらいいか分からないこと、誰に相談しようか迷っていること…ぜひ、お早めにご相談ください。

相談をご希望の際は、スッキリルームに直接ご連絡いただければ、日時を調整して、電話でお話をうかがいます。(予約状況によっては、当日の予約も可能です。)学校や担任の先生を通しても予約できます。

## 〈 7月の予定 〉

月		火		水		木		金	
					1	0	2	0	3
0	6	☆	7		8	0	9	0	10
0	13	☆	14		15	0	16	0	17
0	20	休	21		22	祝	23	祝	24
0	27	休	28	☆	29	休	30	休	31

### スッキリルーム直通

080-2012-5045

つながらない場合は学校の方にご連絡ください。 大泉学園小学校

03-3923-0006

#### 〈 8月の予定 〉

月		火	水		木		金	
				26	0	27	休	28
0	31							

月8:30-15:15 火9:00-17:30 木9:00-15:45 金9:00-11:00 ☆はスクールカウンセラー、 〇は心のふれあい相談員が担当します。