



相談室だより

大暑の候、連日厳しい暑さが続いておりますが、皆さまにはお変わりなくお過ごしのことと存じます。

スクールカウンセラー松田です。大人も子どもも疲れが現れやすい時期ですね。まずは身体をゆっくり休めることが重要ですので、熱中症に気を付けながら夏休みをお過ごしください。

夏休みの上手な過ごし方

学校の廊下では、子ども達が「もうすぐ夏休みだ!」と嬉しそうに話しています。ご家庭でもワクワクが広がっていることでしょう。始まる前から“夏休みの終わり”を想像すると、少し気が重くなるのも事実ですが、少し想像してみてください。最後の数日になっても終わっていない宿題。毎年のように「どうしよう…」と慌てる声が聞こえてきます。

重要なのは、【困る前に動くこと】。宿題も自由研究も、取り掛かりが早ければ早いほど、子ども自身の負担もぐっと軽くなります。「まだ時間があるから大丈夫」ではなく、「少しだけでも今日やってみよう」という小さな一歩が、夏休みを気持ちよく過ごすコツです。

保護者の皆様も『困る前に相談』。取り掛かりが速いことがまずは重要です。

気になることがありましたら、早めに、お気軽にお問合わせください。

相談室の場所と開室時間

東側階段（正門すぐ）を降りた、1階右側トイレ前にあります。
開室時間は毎週木曜日9時10分～16時45分です。



予約方法

勤務時：来校して直接お伝えいただくか、電話でご予約ください。

不在時：来校して副校長か担任、養護教諭にお声掛けいただくか、電話でご予約ください。

連絡先：03-3771-5331

利用にあたって

事前に予約している方を優先させていただきます。

児童の相談時間は原則1コマ20分ですが、保護者の皆様に関しましては、予約の枠が空いていれば、長めに枠を確保することも可能ですので、お問い合わせください。

費用は一切かかりません。

相談室が開いている日（木曜日）

8月	27日			
9月	3日	10日	17日	
10月	8日	15日	22日	29日
11月	5日	12日	19日	26日
12月	3日	10日	17日	