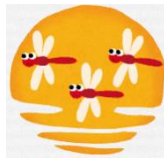




おはなしルームだより



令和 7 年 9 月 1 日
北区立袋小学校
校長 江口千穂
スクールカウンセラー 石毛貴子
日高元史

夏休みを終えてからのお子様の学習、生活、友達関係は、いかがですか。気になることがありましたら、お気軽に相談室にお立ち寄りください。

保護者のみなさまへ

- ◆お子様の学校生活等で心配なことや発達・成長に関することについて、一緒に考えていきたいと思います。
- ◆来室相談は事前に予約してください。
学 校 03-3907-7483
区SC用 080-3935-5885
(区SC電話は月火木金 9:00~16:00)

◆スクールカウンセラー◆

臨床心理士・公認心理師

石毛貴子(都SC) 月曜 9:00~16:00
日高元史(区SC) 金曜 9:00~16:00

児童のみなさんへ

- ◇「お友達との関係がうまくいなくて気持ちが落ち込んでしまう…」「誰かに相談したいな…」「話を聞いてもらいたいな…」
そんな時は、一人で悩まないで『おはなしルーム(相談室)』へ相談に来てくださいね。

- ◇おはなしルームのつかい方やおやくそくは、このおたよりのうらに書いてあります。ぜひ読んでみてくださいね。

9月

◎石毛 ★日高

月	火	水	木	金
1 ◎	2	3	4	5
8 ◎	9	10	11	12 ★
15 敬老の日	16	17	18	19 ★
22 ◎	23 秋分の日	24	25	26 ★
29 ◎	30			

10月

月	火	水	木	金
		1 都民の日	2	3 ★
6 ◎	7	8	9	10 ★
13 スポーツの日	14 ◎	15	16	17 ★
20 ◎	21	22	23 ★	24
27	28 ◎	29	30	31 ★

おはなしルームのつかい方^{かた}



① そうだんしたいことがある時^{とき}

- ・ そうだんしたいことがある時^{とき}は、まずスクールカウンセラーの先生^{せんせい}や担任^{たんになん}の先生^{せんせい}に言ってください。そうだんする日^ひを予約^{よやく}します。
- ・ そうだんする日^ひになったら、おはなしルームにきてください。

② そうだんしたいことはないけど、話^{はな}したい時^{とき}

- ・ おはなしルームにだれもいなければ、予約^{よやく}していなくても中休み^{なかやす}や昼休^{ひるやす}みにお話^{はな}しすることができます。
- ・ お話^{はな}しできるのは一人^{ひとり}だけです。どうしても二人^{ふたり}でいたい人はスクールカウンセラーの先生^{せんせい}や担任^{たんになん}の先生^{せんせい}に言ってください。

おはなしルームのおやくそく

- ・ おはなしルームは、そうだんするところです。しずかにすごしましょう。
- ・ じぶんやほかの人^{ひと}の体^{からだ}やところをきずつけることはしません。
- ・ おはなしルームのものはみんなのものです。大切^{たいせつ}につかいましょう。



【コラム】「ふたつよいことさてないものよ」

臨床心理士の河合隼雄さんのお話より。「ふたつよいことさてないものよ」とは、「ひとつよいことがあると、ひとつ悪いことがあるとも考えられる」ということだそうです。私たちの生活の中で、よいことと悪いことがバランスをとるように起こることはありませんか？ なにかに向かってがんばっている最中にケガや病気があったり。賞をとったり表彰されるとそれに文句を言う人がいたり、などなど。しかし振り返ってみると、「なにか悪いことや嫌なことがあるとき、それに見合ったよいこと」も多いと河合さんは言っています。ケガや病気になることは残念ですが、それでお休みを与えられていたり、がんばりすぎへの注意かもしれません。また、友達や家族の問題があるときは、立ち止まってみんなで考えたり話し合う機会かもしれません。そう考えてみると、よいことや悪いことを受け止める覚悟ができますし、少しところが軽くなったり、悪いことにも実は大切な意味があるのだと気づくこともあるかもしれませんね。もしなにかあったときは、「ふたつよいことさてないものよ」とつぶやいて考えてみるのもよいのではないのでしょうか。

出典：河合隼雄著『こころの処方箋』（新潮社）