

なんくるないさー♪

～唐崎小学校教育相談だより～

唐崎小学校教育相談担当

2020.5.7

唐崎小学校の子どもたちや保護者の皆様、教育相談担当の野洲です。昨年度に引き続き、教育相談を担当いたします。皆さんにとって身近に感じられる教育相談を目指します。どうぞよろしくお願いいたします。

お子さんのこと、育児のこと、メンタルヘルス上の不安などに関わるご相談について、専門的な立場のSC(スクールカウンセラー)やSSW(スクールソーシャルワーカー)の3名の先生による相談の場を設けます。SCには、草野 直子先生・辻 京子先生を、SSWには今年度から福本 清美先生をお迎えします。

今回は、休校期間中ということで、5月末までのスクールカウンセラーによる電話相談の予定をご案内します。事前に学校にお電話で「電話相談の予約」とお話しいただき、ご希望のSCならびに希望日時をお伝えください。(予約が重なる場合は、別枠をご案内することがあります。)SCが、希望された方にご予約の時間帯で、学校から電話をかけるシステムです。(30分程度の相談時間を設けます。)

5月13日(水) 草野 SC

- ① 13:30～
- ② 14:15～
- ③ 15:00～
- ④ 15:45～
- ⑤ 16:30～

5月20日(水) 辻 SC

- ⑦ 9:00～
- ⑧ 9:45～
- ⑨ 10:30～
- ⑩ 11:15～

5月27日(水) 草野 SC

- ⑪ 9:00～
- ⑫ 9:45～
- ⑬ 10:30～
- ⑭ 11:15～



引き続き今年度も唐崎小学校にうかがうことになりました、草野直子です。どうぞよろしくお願いいたします。臨時休校が延長され、お子さんも保護者の皆様におかれましても、非常にストレスフルで不安な毎日をご過ごしておられることと存じます。現在の状況は、自粛によって物理的な行動制限があり、誰もが先の見えない不安を持っています。こうした気持ちを共有しようにも、ご家族以外の方と話す機会がないのが現状ではないでしょうか？

「毎日、憂鬱な気分で朝を迎える」「遊んでも楽しくない」「家族の世話と仕事の両立でしんどい」など、皆さん様々なお気持ちを抱えながら、一日一日を繰り返しておられると思います。

そこで、今回、スクールカウンセラーによる電話相談の案内をさせていただきます。メンタルヘルスの維持のため、もしよければスクールカウンセラーと電話で話してみませんか？すぐに解決できて答えが見つかるわけではありませんが、人と“対話”し、思いを言葉にすることには心をすっきりさせる作用があります。よかったらこの機会にどうぞご利用ください。保護者の方でも、児童の皆さん自身でも結構です。また、お子さんの心理発達面のご相談、育児のお悩みなど、平素の相談業務で受け付けている内容でも結構です。お待ちしております。

草野 直子



申込はお電話で☎

TEL 525-2375

唐崎小学校 担当 野洲

草野先生から、この時期を乗り切るためのアドバイス！！

子どもたちのみなさんへ

おうちでの生活が長くなり、「いつ学校が始まるのかなあ」と思っている人も多いと思います。先生たちからもお話があったと思いますが、おうちでの生活は、できるだけ「学習する時間」「遊ぶ時間」「運動する時間」と分けて、それぞれに集中しましょう。学校がない今、たよりになるのは“習慣”です。こういうときは、「〇時になったら起きる」「これをやったら休憩する」など、自分ルールを決めた方がよいです。よい習慣はきっとみなさんを助けてくれ、からだところをタフにしてくれます。ふだんうちがう生活の中で、自分らしく暮らしていける工夫を心がけたいものです。

やってみよう、習慣づくり

- ・ なわとび（いつでもどこでも、好きなときに）
- ・ せんたくものたたみ（おうちの人が大助かり）
- ・ タオル交換（新しいものに変えるとすっきり）
- ・ 〇曜日はこのアニメを見る などなど。



保護者の皆様へ

昨年度末から続く休校に、家事・育児と仕事のバランスで大変お忙しくされていると思います。今は一人一人のストレスが高く、仮に感染症が収束したとしても、いかに暮らしを立て直し、切りかえていけるかがということが懸念されています。それほど、長期にわたる非日常な暮らしは私たちの心身に影響を及ぼしています。どうぞ、保護者様ご自身が、負担のないように暮らしのリズムをお作りください。