

のびのび通信

令和4年4月28日

秋田大学教育文化学部附属小学校「いじめ防止対策委員会」発行

スクールカウンセラーへの相談について

子どもたちの元気なあいさつが響き始めて、早いもので今年度も1か月が経ちました。新しい仲間と共に新しい目標に向かって、がんばる姿を見て微笑ましく感じています。

さて、昨年度に引き続いて、大沢舞先生が本校のスクールカウンセリングをしてくださいます。大沢先生からメッセージがありますので、ご紹介します。

スクールカウンセラーの大沢舞（おおさわ まい）です。附属小学校での勤務は3年目となります。今年度も、どうぞよろしく願いいたします。

【児童のみなさんへ】

スクールカウンセラーとは？

スクールカウンセラーは、みなさんの困りごとや心配なことを聞き、気持ちがすっきりして元気になるための方法を一緒に考えます。



このようなときは、ぜひ相談に来てみてください！

- ・何か困ったことや心配なこと、嫌なことがあり、おうちの人や先生のほかに、さらにだれかに相談してみたいとき
- ・なぜか分からないけれどイライラしたり、心がモヤモヤしたりするとき
- ・発表や試合などで緊張しやすいので、リラックスする方法を知りたいとき

どうして相談をしたほうがいいのか？

心配なことや嫌な気持ちを長い間こころの中にしまっておくと、からだの病気ではないのに、こころの疲れによって、からだの具合まで悪くなってしまうことがあるからです。だれかに相談することは、こころの健康のために大切なことであると言われてしています。

スクールカウンセラーへ相談するには、どうしたらいいのか？

おうちの人に話して、相談の予約をとってもらってください。相談には一人で来てもおうちの人と一緒に来て、どちらでもよいです。

【保護者の皆様へ】

スクールカウンセラーは、保護者の皆様のご相談を伺い、お子さんのよりよい学校生活の実現に向けて尽力いたします。お子さんの学校での生活、家庭での様子、学習や友達との関係等、心配なことがありましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

「スクールカウンセラーの配置」のお便りでもお知らせしていますが、**お子さんだけの**カウンセリングも可能です。その場合は、保護者の同意が必要となります。相談日や時間が分からない場合など不明な点がありましたら、担任や生徒指導主事（進藤亨）へお知らせください。