



そうだしつたより

令和2年5月
富士松北小学校スクールカウンセラー
夏目 真由美

〈保護者のみなさまへ〉

スクールカウンセラーの夏目真由美です。よろしくお願いたします。
新型コロナウイルスの影響で環境の変化や先の見えない状況、行動の
不自由さが続いています。日々お疲れではありませんか。世界的にはじめてのこ
とで、不安があつて当然と思ひますが、みなさま方もくれぐれもご自愛ください。

感染症の流行時にこころの健康を保つヒントがのっています。よろしかつ
たらご覧ください。

日本赤十字社 感染症流行時にこころの健康を保つために
http://www.jrc.or.jp/saigai/news/200327_006138.html

さて、お子さまのこころと身体が大きく成長するこの時期、喜びだけでなく
難しさを感じることも増えてくるかと思ひます。

学校に行きたがらない、友達とトラブルがあつた、勉強が難しい、など、気
になることはありませんか？すぐに解決できないことでも、共に考えていくこ
とで気持ちが落ち着いたり、別の角度で考えていくことができたりすると思ひ
ます。お一人で抱え込まないでご相談ください。

〈相談の日時〉

1学期 6月11日 7月9日

2学期 10月8日 11月5日 12月3日

※3学期以降はまた改めてお知らせします。

受付時間 午前10:00～午後4:00

場所 相談室(1F 校長室の隣)

- 相談は予約制になっています。
- 一回の相談の時間はおよそ50分です。
- 電話相談も承ります。事前にご連絡ください。



希望される場合は、

富士松北小学校 電話36-5414 (教頭 伊藤) へご連絡ください。

児童のみなさんへ

こんにちは！スクールカウンセラーの夏目真由美です。

長いおやすみが続いて、ちょっとつかれていないかな？

お日さまの光をあびて、人が少ない広いところで外の空気をいっぱい吸って、
元気まんたんにしていきましょう！

☆こんなきもちのとき、ちからになるよ☆



かなしい



いらいらする！



げんきがでない



ともだちと
うまくはなせない