

# スクールカウンセラーだよ



# えがお

片山津小学校 2026年1月 スクールカウンセラー村井加代子

あ  
明けましておめでとうございます。みなさんにとってよい1年になりますように！

さあ、3学期のスタート。やる気スイッチを入れましょう。がんばりたいことは何かな？

「こうだったらいいなあ。」と思いうかべてみると見つけやすいですよ。



「3学期の終わりに、どんな自分になっていたらうれしい？」



「“ここができるようになったよ”って言いたいことは？」

そして、



☆早寝・早起き・朝ごはんを元気にスタート。 ☆持ち物をそろえて、気持ちよく勉強。

☆友だちと話したり、遊んだり楽しい時間。 ☆好きなことで気分をかえてリフレッシュ。

でも…

なんとなく不安、頭やお腹が痛い、こわい夢を見る、ぼんやりしてしまう、イライラす

る、泣きたくなる…そんな時は、信頼できる人(家族、友だち、先生、スクールカウンセラー

など)に相談しましょう。一人で悩まないでね。みなさんのそばには、いつでも見守っている人がいますよ。



## <1月・2月の訪問日>

1月9日(金)、16日(金)、30日(金) 9時から12時

23日(金)13時40分から16時40分

2月6日(金)、27日(金) 9時から12時 20日(金)13時40分から16時40分



スクールカウンセラーは、学校生活での悩みや心配事などをお子さんや、保護者の方と一緒に考えていく立場にあります。面談を希望される方は、片山津小学校74-1159 担当(勝木)までご連絡ください。