

# ふれあいルームだより

令和2年度7月号

北区立王子第二小学校長 江口 千穂

スクールカウンセラー 野口 昌宏・神谷 功

## 児童のみなさん

学校が再開して1ヶ月がたちました。まだ生活のリズムが戻らなかったり、勉強への焦りや不安をかかえたりする子もいるかもしれません。そういうときは、今できること、今やらなければならないことは何かを具体的に考え、一つ一つ努力を積み重ねていきましょう。

また、どうしたらいいかわからなくなったときは、すぐに先生やカウンセラーに声をかけてください。皆さんの生活を全力でサポートします。



## 保護者の皆様

コロナ禍の影響でお子様はもちろん、保護者の皆様にも不安やストレスをお感じになった方も多いのではないかと思います。まだ不安な状況は続きますが、スクールカウンセラーとしてもお子様の様子を注意深く見守り、しっかりとサポートをしていきたいと考えております。

7月上旬に、ご家庭でのお子様の様子をお伺いするアンケート調査（「こころのチェックシート」）を行います。お子様とご相談しながらご回答をいただければありがたいと思います。

チェックしていただいた結果をもとに、スクールカウンセラー等に相談を希望される場合は、お子様を通して担任にご連絡ください。また電話で直接申し込まれてもかまいません。

また、右側に「ストレスでみられやすいお子様の様子と接し方」を一つの例としてあげました。ご参考にいただければ幸いです。

気になることがございましたら同様にご連絡をお願いいたします。

## ストレスで見られやすいお子様の様子と接し方

このような調子は誰でも起こる自然な様子です。通常、1ヶ月くらいかけて、徐々になくなっていきます。



### 接し方のポイント

- ・いつもより丁寧に話を聞く
- ・からだの場合は丁寧に手当てする
- ・気になる行動は手をさすってあげたり「大丈夫」と声をかける
- ・おおらかな気持ちで見守る
- ・一緒に遊ぶ

### からだ

だるい・頭が痛い  
お腹が痛い・気持ち悪い  
お腹の調子が悪い



### こうどう

指しゃぶり・爪かみ  
まばたきをたくさんする  
のどを鳴らす・落ち着かない  
手を洗いすぎる・夜泣き

### きもち

イライラする  
落ち込む  
元気がよすぎる  
甘える

**7月の予定 神谷 SC (火) 7日・14日、野口 SC (木) 2日・9日・16日・30日**

### ふれあいルームのご利用方法

ご利用時間：AM 9：00～16：30 他の時間をご希望の場合は、ご相談ください。 神谷 SC は火曜日、野口 SC は木曜日に来ています。

以下の方法でお申し込みください。

- ① 担任の先生に伝える。
- ② 学校（副校長）に電話する。
- ③ カウンセラーの直通電話に連絡する。（木曜日9：00～16：00のみ）  
（直通電話はすぐに応答できないことがあります。留守番電話の際は学校名・クラス・お名前・折り返しの電話番号を残してください。）

相談時間：原則スクールカウンセラー来校日の9時から16時まで

場所：4階 ふれあいルーム

☎ 王子第二小(副校長) 03-3908-2460  
直通携帯(野口) 090-6028-0051