

ふれあいルームだより

令和3年5月31日



6・7・8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 神谷 功・野口昌宏

児童のみなさん

夏が身近に感じられ、蒸し暑い季節になってきました。
天気が悪かったり日差しが強くなったりして、外で遊べない日が増えるかと思えます。時にはイライラしたり、気持ちちがモヤモヤすることがあるかもしれません。そんな時は、ふれあいルームを利用してください。話すだけで気持ちがすっきりすることがあります。ふれあいルームは4階の5年生の教室の隣にあります。皆さんの来室を待っています。



保護者の皆様

緊急事態宣言が延長され、生活にも様々な制限がかかる中、ご家族で過ごす日々にも何かとストレスがかかることと思えます。室内でできる、ストレス解消を兼ねた運動遊びを親子でしてみるのもいいかもしれません。お手玉をマジックテープがついた円形グローブで受けるお手玉キャッチボールや室内ボウリング（安価なもの）、バランスボールで遊ぶのもよいアイデアだと思います。また、家庭でも楽しく行えるスポーツや運動等を掲載しているサイトをご紹介しますのでご参考ください。



（無料コンテンツでも一部通信料が発生することがあります。利用する場合は家庭で相談してください）

★おやこでタッチ！：文部科学省（家庭などで楽しく実践できる運動プログラムを紹介しています）

https://www.recreation.or.jp/kodomo/download/pdf/oyako_de_touch_final.pdf

★マイスポーツメニュー：スポーツ庁（家の中で、手軽にできるスポーツメニューを紹介しています）

https://www.mext.go.jp/sports/content/20200122-spt_sseisaku01-000002649_1.pdf

★子どもの運動あそび応援サイト：スポーツ庁（家庭でも楽しく行えるスポーツや運動を紹介）

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop03/list/detail/jsa_00012.html

6・7・8月の予定

○ は神谷 SC、 ☆ は野口 SC に来る日



6月

月	火	水	木	金
	① 神谷	2	☆3 野口	4
7	⑧ 神谷	9	☆10 野口	11
14	⑮ 神谷	16	17	18
21	⑳ 神谷	23	☆24 野口	25
28	29	☆30 野口		

7月

月	火	水	木	金
			1	2
5	⑥ 神谷	7	☆8 野口	9
12	⑬ 神谷	14	15	16
19	⑳ 神谷	☆21 野口	22	23
26	27	28	29	30

8月

月	火	水	木	金
2	3	☆4 野口	5	6
9	10	11	12	13
16	17	18	19	20
23	24	25	☆26 野口	27
30	31			

ふれあいルームのご利用方法

■ご利用時間：午前 9:00～午後 4:30 （他の時間をご希望の場合はご相談ください）

神谷は火曜日、野口は木曜日に来ています。日にちや曜日は、多少の変更がある場合がありますので、「ふれあいルームだより」でご確認ください。

以下の①～④のいずれかの方法で、お申込みください。

- ①担任の先生に伝える。
- ②学校（副校長）に電話をする。（03-3908-2460）
- ③スクールカウンセラー直通電話（野口）に連絡をする。（090-6028-0051）

※電話は、木曜日の9時から16時までの間に、お願いいたします。

電話には、すぐに出られないことがあります。留守番電話に、お名前、学校名（正式名称でお願いいたします）、学年と学級、電話番号をお残しください。折り返し、ご連絡いたします。

- ④学校に来た時に、直接カウンセラーに声をかける。