

令和8年度 第3号 馬込小学校

スクールカウンセラーだより

カウンセリングルーム 2026.9

今年の夏休みは、どのように過ごされたでしょうか？

暑さがきびしく外にでかけるのも辛い日々がつづいていた

ので、外でのびのびと活動するのがむずかしく、

家でのんびり過ごしていた方も多かったと思います。

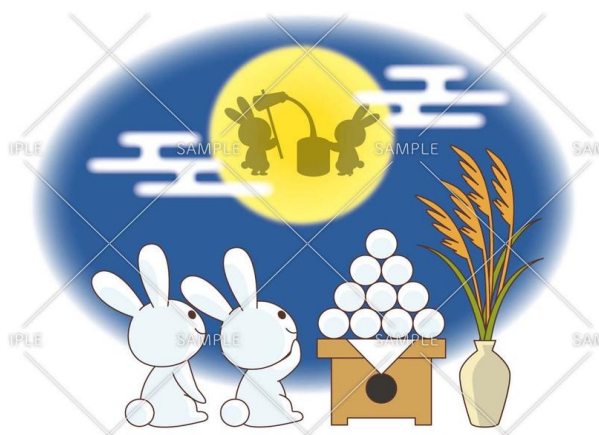
また、学校での生活が始まりました。早めに寝ていい睡眠をと

り、すこしずつ生活リズムをもどしていきましょう。

生活の変化でイライラやモヤモヤするとき、

気持ちを吐き出し、すっきりできたらいいですね。

一人で考えないで、ぜひとも、一緒にお話をしましょう！



お知らせ その1：相談の予約は、先生にとっていただくか、
直接カウンセラーに予約をしてください。

お知らせ その2 9月、10月のカウンセリングルームの開いている日です。

	9月	10月
いわさき	7（月） 14（月）・25（金）	5（月）・15（木） 26（月）
ふじわら	2（水）・9（水） 16（水）	2（金）・7（水） 14（水）・21（水）

お知らせ その3：相談室の場所：一階、保健室のとなりです。

相談室

保健室

<保護者の皆さまの相談予約方法について>

次の二つの方法があります。お気軽にご予約ください。

＊副校長か養護教諭を通して予約をしてください。

職員室 03-3773-3965

＊カウンセラーの直通電話で予約（カウンセラー勤務日のみ）

直通電話 080-5977-6166

岩崎 9:15～16:45 / 藤原 10:00～17:30