



大田区立おなづか小学校 スクールカウンセラー便り

大田区立おなづか小学校 校長 橋本 由美子
スクールカウンセラー 平井 花、城戸 麻貴子

臨時休業が続いていますが、お子さんのご様子はどうですか。各ご家庭で、保護者の皆様も毎日をなんとか工夫しながら過ごされているのではないかと思います。

学校で勉強したり友達と遊んだりといった、子どもたちにとって毎日何気なくできていたことができなくなることによって、子どもたちもストレスを感じ、身体や心のバランスをくずすことがあります。その反応として、お腹が痛い、眠れない、おねしょをするようになったなどという身体の症状にあらわれる場合もありますが、いつもよりわがままになる、落ち着きがない、ちょっとしたことで怒るといった行動にあらわれる場合もあります。

これらの変化は、忙しい大人を困らせるためのわがままではなく、ストレスを感じたときに出てくるむしろ自然な反応であり、「不安」が背後に隠れていることがあります。このような状況の時には、保護者の方も頑張りすぎないように過ごすことも大事なことです。

今年度から、スクールカウンセラーの相談日が増えました。月曜日は平井 SC、金曜日は城戸 SC が学校に来ております。ストレス反応は、子どもによってあらわれ方も違い、また、大人も不安になりやすい時ですので、家での過ごし方やお子さんへの対応に迷われた時などは、お気軽にご相談ください。

- *相談日： 平井 SC は毎週月曜日、城戸 SC は毎週金曜日
- *相談の場所： 教育相談室（1階サポートルーム隣）
- *相談時間： 1回約1時間 8時30分から16時30分頃まで
- *予約方法： ゆっくりとお話をうかがえるように、事前に、副校長、担任、養護教諭、もしくはスクールカウンセラーに直接お申込みください。
- *連絡先： 03-3753-2615（平日8時30分から16時30分まで）

～5年生の保護者の皆様～

毎年行っている5年生の子どもたちとスクールカウンセラーとの面談は、今年度も学校が始まってから実施する予定です。子どもたちには、面談の前に簡単なアンケートに記入してもらい、学校生活の中で困っていることや心配なことなどについて、スクールカウンセラーと自由にお話しできる機会をつくっています。

