

カウンセリングたより

大和南小学校 令和7年9月



みなみっこのみなさま



みなさん、こんにちは！^{がっき}いよいよ2学期です。^{なが}長いお休みの後で^{やす}なんだかやる気が^{あと}出ない時、
みなさんはどうしてますか？^{わたし}私は^{かがみ}鏡の前で^{まえ}「^{きょう}今日も^{けんこう}健康で^{しあわ}幸せ！」と^{えがお}笑顔で^{じぶん}自分に^い言うことに
しています。^{じぶん}自分に^{やさ}優しい^{ことば}言葉を^{かけると}かけると^{じしん}自信が^い出て、^{いや}嫌な^{きもち}気持ちが^{すこ}少し^{らく}楽になります。そうする
と^{かんが}ポジティブな^{おお}考えが^{こころ}多くなり^{からだ}心と^{こうか}体により^い効果があると^{しんりがく}言われています。心理学では「アフ
アメーション」と^い言います。みなさんも^いぜひやってみてくださいね！



保護者のみなさま

2学期相談日は下記のとおりです。夏休みあけはお子さまだけでなく大人も疲れがたまる時期です。お子さんのことで心配なことがあるとき、またご家庭で困っているときなどにお声かけください。「こんなこと相談しちゃいけないかな...」「大したことじゃないし...」など躊躇せず、ほっと一息つくための場としてどうぞ気軽に活用してください。

2学期の相談日は、以下のとおりです。ご相談は予約制となっております。また時間帯が変更になる場合があります。お手数ですが、お電話でご連絡いただき、ご確認ください。よろしくお願いいたします。

県スクールカウンセラー

水曜日 10時00分～12時00分	
9月	3日、10日、17日、24日
10月	8日、15日、22日、29日
11月	5日、12日、19日、26日
12月	3日、10日、17日

○受付担当：教頭 TEL:0586—28—8730