

保護者の皆様

横浜市立千秀小学校
スクールカウンセラー 田添友子

スクールカウンセラー着任のお知らせと5月の教育相談実施のお知らせ

新型コロナウイルスの影響で、なかなかお伝えするチャンスがありませんでしたが、昨年度に引き続き、千秀小学校を担当させていただくことになりましたスクールカウンセラーの^{たぞえともこ}田添友子と申します。

一人ひとりそれぞれの成長があり、対応が困難になる場合もおありかと思えます。心配なこと、お困りのことがございましたら、お気軽にご相談ください。

それぞれのお子様にあった対応を、一緒に考えていきたいと思っております。

相談室は、**原則隔週金曜日 9:00～17:00**

開室いたしております。

★5月の教育相談予定★

5/15 (金) 9:00～17:00

5/29 (金) 9:00～17:00

前回同様、来校していただく他に「電話による相談」も可能です。ご相談がある方は5/14(木)までに学校までご連絡ください。

●相談内容

- ・親子関係で悩みがある…
- ・学習面で不安がある…
- ・友達関係で困っている…
- ・「学校に行きたくない」と言っている…
- ・子育てで困っている…

など



○予約方法

担任か児童支援専任教諭の佐藤（学）先生にご連絡ください。

また、スクールカウンセラーは、飯島中学校にも毎週火曜日勤務しております。
カウンセラーが勤務している火曜日に、

飯島中学校相談室直通電話 (894-2906) へ直接お電話ください。

(他の日は、留守番電話になっております。お名前とご用件をお伝えください。)

保護者の皆様

横浜市立千秀小学校
スクールカウンセラー 田添 友子

スクールカウンセラーから

新型コロナウイルスの影響で、臨時休校が1か月以上、また外出自粛が続き、いつ日常の生活が送れるのだろうか、不安な毎日を送られているかと思います。

早く通常通りの生活が送れるようになりますことを私も心よりお祈りいたします。

私たち人間は、強い不安を経験したり、ストレス状態が長く続いたりすると、心や身体にいろいろな反応や症状が出る場合があります。

具体的には、不眠・過食・小食・イライラ・やる気が起きない・頭痛・腹痛など、さまざまな反応や症状があります。これらのことは、経験したことのない不安を体験した後の自然な反応や症状であり、一時的なものです。しかし、人によっては、症状が強く出たり、長く続いたりすることもあると言われています。



このようなとき、一番大切なことは、的確な情報を、適切な量で、自分にとってイメージできるように理解していくことです。また、不安な状態が続くことで上記の症状がご心配な場合は、お近くの医療機関やスクールカウンセラーにご相談ください。

千秀小学校 隔週金曜日開室 (8:30-17:00)
【045-894-6950】

または、

飯島中学校 毎週火曜日開室 (8:30-17:00)

飯島中学校 相談室直通電話 【045-894-2906】

※他の曜日は、留守番電話となっています。

お名前とご用件をお伝えください。