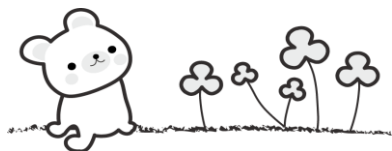


# そうだんしつ 相談室だより



令和8年1月15日

八王子市立秋葉台小学校

校長：内藤 彰

スクールカウンセラー：

山形 佐紀（月 or 火曜日）

井田 梢恵（木）

## 児童のみなさんへ

新年、あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。

私たちスクールカウンセラーにとって、秋葉台小学校で迎える4回目のお正月です。今年も大きな地震や悲しい事件が続く新年の幕開けとなってしまいました。心配な気持ちも大きいですが、

私たちはみなさんが学校で楽しく安心して過ごすお手伝いができるよう、今年も頑張ります。

今の時期は例年、インフルエンザなどの感染症が流行って風邪をひきやすい時期です。風邪予防には、手洗いうがい、早寝早起き、朝ご飯をしっかりと食べる…といった生活習慣がいつも以上に大切です。次の学年に向けて準備をする重要な3学期、一緒に元気に乗り切りましょう！



## そうだんしつ 相談室の使い方



どういうところなの？

友達と仲良くするには  
どうしたらいいのかな

本当は担任の先生に話したいけれど、  
話してもいいのかな…

こまったな…  
どうしよう…？

学校へ行くのがつらいな

みなさんはこんなふうに思うことはありませんか？ そんな時、だれかと休み時間に少し話をすると、こころの「モヤモヤ」が、「ホッ」や「スッキリ」に変わることがあります。

先生やお友だち・おうちの人には話しにくいな…、という時には相談室でカウンセラーとお話することができます。うまく話せなくても、どんなお部屋かな？と見に来たり、遊びに来たりするだけでも大丈夫です。

## どこにあるの？

2階の校長室とのびのび5組の間にあります。ふだんは応接室として使われています。

職 員 室	校長室	相談室 	のびのび5組
-------	-----	---	--------

★ここです★

## 使い方は？

児童のみなさんが使えるのは、中休み、昼休み、放課後です。おうちの人や担任の先生の許可があれば、給食準備の時間や授業の時間に使うことができます。  
相談室があいていれば、すぐに話せます。または、次のどちらかの方法で予約してください。

・休み時間にカウンセラーへ声をかけて、いつ話すか約束します。

・担任の先生・副校長先生・保健室の先生に「相談室で話したいです」と伝えます。

## 保護者の皆様へ

改めまして、あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。年末年始は家族団らんのひと時を過ごせましたでしょうか？子どもたちも休み時間に相談室に来て、初詣に行ったりいのこと久しぶりに遊んだ！と楽しかった思い出をそれぞれ話してくれています。

今年度もあと3か月となり、進級・進学に向けて大人も子どももなんとなく落ち着かなくなる時期でもあります。来年度に向けて気になることや心配なことがありましたらお気軽にご相談ください。

＜相談方法＞      ご予約のお電話番号   042-676-6133

＊面接相談：相談は予約制です。担任、副校長、養護教諭まで、直接または電話にて事前にお申し込みください。面接時間は、原則として1日に1回45分間の枠となります。1か月先のご予約までお取りいただけます。

＊電話相談：来校が難しい場合、カウンセラーの空いている時間帯でしたら、電話によるご相談も可能です。学校へお電話ください。

なお、秋葉台小学校は現在、スクールカウンセラー2名体制となっております。  
それぞれの曜日で担当するカウンセラーが異なります。

同時期に両方のカウンセラーに相談することは原則としてご遠慮ください。

2名体制であることで、より多くの方に安心してご利用いただけますよう、いくつか利用ルールを設定しています。詳細については個別にその都度お伝えします。ご不便をおかけすることもあるかもしれませんが、どうぞよろしくお願い致します。

面接時間は1回45分です。時間枠は学校の特別時程等によって変更する場合があります。詳細は予約時に相談の上、決定しお伝えします。休み時間は児童優先です。

## カウンセラーより

げつ かようびたんとう  
月・火曜日担当 山形 佐紀（やまがた さき）

とし  
今年は数十年ぶりに箱根駅伝を沿道で観戦しました！ チーム・仲間のために全力で走り続ける姿に「私ももっと頑張ろう」と勇気づけられました。こんなに若い時から好きなことを見つけ全てを賭けて打ち込んでいるのが「羨ましいな…」とも感じました。みなさんは好きなこと、夢中になれること、ありますか？



もくようびたんとう いだ こずえ  
木曜日担当 井田 梢恵（いだ こずえ）

新年は例年、家族で近所の神社に初詣、初日の出を見に行きました。雲があって少し待ちましたが、素敵な太陽に一年の健康をお祈りできました。3学期、あっという間に新しい学年への準備、卒業も控え、嬉しくもありまた、寂しくもある…気持ちの忙しい時期ですね。多くの出会いに感謝！です。日々のおしゃべりを楽しみにしています☆



## 3学期の開室予定

★今年度も開室日が週2日となります。原則月曜日と木曜日となります。

※予定は変更になる場合があります。

1月 8日(木)・13日(火)・15日(木)・20日(火)・22日(木)・  
27日(火)・29日(木)

2月 2日(月)・5日(木)・10日(火)・12日(木)・16日(月)・19日(木)・  
24日(火)・26日(木)

3月 2日(月)・5日(木)・10日(火)・12日(木)・16日(月)・19日(木)

