



令和8年7月  
八王子市立七国小学校  
スクールカウンセラー

# 相談室だより

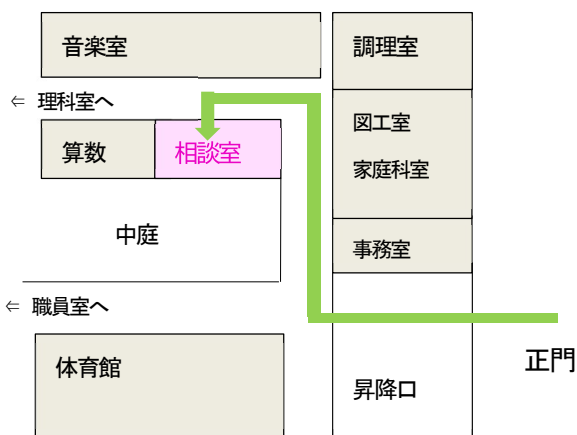
七国小学校相談室では、お子様や保護者の皆様の来室相談をお受けしています。お子様のことで気になることがございましたら、どうぞお気軽にご利用ください。



**ご予約は : 七国小学校(代表電話) 042-635-2100 まで**

保健室の先生または副校長先生に電話で申し込んでください。担任の先生には連絡帳でお申し込みください。

## 相談室は 1階にあります



## 面談時間のお知らせ

	通常時程	短縮時程
1校時	8:45-9:30	8:35-9:15
2校時	9:35-10:20	9:20-10:05
3校時	10:40-11:25	10:25-11:10
4校時	11:30-12:15	11:15-12:00
5校時	13:25-14:10	13:10-13:55
6校時	14:15-15:00	14:00-14:45
放課後	15:05-15:50	15:05-15:50

学校の授業時程に合わせて実施しています

## 2学期のスクールカウンセラー来校日

### 火曜日: SC A

9月 1日 8日 15日 29日  
10月 6日 13日 20日 27日  
11月 10日 17日 24日  
12月 1日 8日 15日 22日

※ 全て火曜日です。

### 水曜日: SC B

9月 2日 9日 16日 30日  
10月 7日 14日 21日 28日  
11月 4日 11日 18日 25日  
12月 2日 16日 23日

※ 全て水曜日です。11/4は研修のため13:10開始です。

## 感情は、たからもの

自分の感情をありのまま表現することが苦手な子が増えています。東京学芸大学名誉教授小林正幸氏は「感情を表現することは、成長のうえで重要なこと」と言い親が子供の感情をありのまま受け止めることの大切さを述べています。

怒りは変化を求める強い思い、悲しみは人に助けを求める気持ち、恐怖は一刻も早くこの状況を抜け出したいという希望の表れで、どれも大切な、生きる力です。

「怒っていたのはこうしかったからなんだね。」「こうなりたくて泣いていたのね。」子供の感情は、しっかり受け止め、言葉に置き換えてあげることで、前向きなエネルギーに姿を変え、いずれ子供が自分の足で人生を歩み出すための基盤が培われます。大人自身も昨今、感情的にならないよう常に気持ちを抑えている人が増えていると言われます。ときには信頼できる人に自分を率直に表現し、ありのままの気持ちに耳を傾けてみましょう。

