



そう だ ん し つ 相 談 室 だ よ り

令和7年10月 新木小学校
心の教室相談員 山口
スクールカウンセラー 関口

あき かん きせつ なが つつ あつ すこ つか ひと
秋を感じる季節になりました。長く続いた暑さで、少し疲れている人もいませんか？

がっこうせいかつ なか こま なや おも
学校生活の中では、困ったことや悩むことがあると思います。そんなときは「あおぞらルーム」の
そうだんいん
相談員または、「ほっこりルーム」のスクールカウンセラーにお話してください。どうしたらいいか一緒に
かんが
考えましょう。



あおぞらルーム

こころ きょうしつそうだんいん やまぐち やすこ
心の教室相談員 山口 靖子

ばしょ どう かい おん しつ
場所：B棟3階 音がく室となり

りよう できる ひ か び もく び
利用できる日：火曜日・木曜日

じかん
時間：9:00～15:00



○相談申し込み方法

じどう
児童：

- ・あおぞらルーム前の相談ポスト
- ・予約していなくても相談できます

ほごしや
保護者：

- ・担任の先生を通じて、またはお電話で

○どんな時に利用できるの？

- ・業間休み、お昼休みに静かに過ごしたい

とき、気持ちをおちつかせたいとき

- ・相談したいとき、お話ししたいとき

とも 友だちのこと、学校のこと、家のことなど

どんなことでもお話しして大丈夫です

♡ほっこりルーム

スクールカウンセラー 関口 幸

ばしょ どう かい ことば きょうしつ ない
場所：B棟1階 「言葉の教室」内

りよう できる ひ がつ にち にち か
利用できる日：10月21日・28日（火）

11月11日（火）

じかん
時間：9:20～15:20（時間外も応相談）

○相談申し込み方法：児童・保護者

- ・お子様を通じて
- ・直接担任の先生へ
- ・連絡帳やお電話で

○どんな時相談するの？

じどう なん
児童：何となくもやもやする・イライラする

- ・悲しいことがあった・眠れない・不安

- ・コミュニケーションをとるのが苦手

- ・お友達とけんかした・だれかと話したい

ほごしや こそだ なや がくしゅうめん
保護者：子育ての悩み、学習面

いか
怒りのコントロールなど

※お気軽にご相談ください。

～保護者の皆さまへ～

お子さんの様子がいつもと違う、気になることがある時は、お話をお伺いして一緒に解決方法を考えます。在宅訪問も行っております。

相談内容については、秘密を守ります。安心してご相談ください。

※予約・問い合わせ：新木小 04-7187-1051



《10月 ころほっこりタイム》



10月は、食欲の秋、スポーツの秋と言われるように、ころもからだも元気いっぱい頑張れる季節です。いろんなことに挑戦してみましょう。ころほっこりタイムでは、今月もみなさんが自分のことを好きになれるように練習していきたいと思います💪

自分のことを好きになる → ころが強くなる・自信がつく

9月は、“自分をほめる練習”（1日3つ、今日できたこと、がんばったことをみつけて自分をほめる）でした。できましたか？

10月は、“まわりの人に感謝の気持ちを伝える練習”をしましょう。感謝の言葉は、伝える人も言われた人も元気にしてくれます。毎日たくさん伝えましょう!! 例えば…

- おうちの人にご飯を作ってもらったとき→いつもありがとう
- 友だちが助けてくれた→うれしかった、ありがとう



◎自分をほめる練習とまわりの人に感謝の気持ちを伝える練習を毎日続けて自分のことを好きになりましょう♡♡♡

スクールカウンセラー 関口 幸（せきぐち こう）