



# そうだんしつだより



9月号

令和8年9月  
にしみたか学園  
三鷹市立井口小学校  
校長 鎌田 健吾  
スクールカウンセラー 森 祐子  
内村 愛

井口小学校のみなさん、2学期が始まりましたね。みなさんはどのような夏休みをすごしましたか？

今年の夏休みは、熊本県での地震や千葉県での大雨など、たくさんの自然災害が起こりました。テレビで様々な情報を見聞きしたり、実際にご家族や自分自身が経験したという人もいるかもしれません。

このような出来事が起こった時には、心配に感じるが増えたり、気持ちが落ち着かなかったり、眠れない、食欲がないとすることがあるかもしれません。何かいつもと違う感じがする時には、家族や先生、スクールカウンセラーに声をかけてください。ご家族のみなさんは、普段の様子を見守りながら、お子さんの話をゆっくり聞いていただけたらと思います。その中で、心配な様子や対応に困ることありましたら、スクールカウンセラーまでお声がけください。



まだまだ暑い日が続きそうです。スタートダッシュしすぎずに、少しずつ学校生活に慣らしていきたいですね





## 相談室の予定



○ スクールカウンセラーは火曜日と木曜日に出勤しています。

○ 火曜日は森 祐子、木曜日は内村 愛です。

8・9月

| 月         | 火   | 水  | 木   | 金  | 土  | 日  |
|-----------|-----|----|-----|----|----|----|
|           | 森   |    | 内村  |    |    |    |
| 24        | 25  | 26 | 27○ | 28 | 29 | 30 |
| 31        | 1○  | 2  | 3○  | 4  | 5  | 6  |
| 7         | 8○  | 9  | 10○ | 11 | 12 | 13 |
| 14        | 15○ | 16 | 17○ | 18 | 19 | 20 |
| 21        | 22  | 23 | 24  | 25 | 26 | 27 |
| 28○<br>内村 | 29○ | 30 |     |    |    |    |

10月

| 月  | 火   | 水  | 木   | 金  | 土  | 日  |
|----|-----|----|-----|----|----|----|
|    | 森   |    | 内村  |    |    |    |
|    |     |    | 1○  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6○  | 7  | 8○  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13○ | 14 | 15○ | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20○ | 21 | 22○ | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27○ | 28 | 29○ | 30 | 31 |    |

## 相談室について

・相談室は1階放送室の隣にあります。

・お子さんも保護者の方も相談をすることができます。

・お子さんは中休み、昼休み、放課後のいずれかでのお話ができます。

・保護者の方は9時～16時30分までの時間です。1回の面談時間は50分程度です。

・相談は予約を取っていただくとスムーズです。予約の際には、カウンセラーの他、

担任、養護教諭、副校長に「カウンセラーの予約を取りたい」旨をお伝えください。

・相談室の直通電話もあります。0422-31-5552までご連絡ください。カウンセラーの勤

務日ですと繋がります。不在時は、留守番電話に「学年、組、お名前、電話

番号」をお入れください。勤務日に折り返しご連絡をさせていただきます。