

令和7年



スクールカウンセラーだより

習志野台第一小学校

スクールカウンセラー



みなさん、こんにちは。新学年になって3か月がたちましたね。新しい学年、学級での生活は
いかがですか。みなさんが学習や遊びに取り組んでいる様子をみると一所懸命でとても素敵
です。7月19日から夏休みです。夏休み前に気になることや話したいけれど迷っていることがあ
れば、先生やお家の人、スクールカウンセラーに話してみましょう。元気で楽しい夏休みが迎えら
れるといいですね。

夏休みの過ごし方

○早寝早起きで生活リズムを整えましょう。しっかり睡眠をとりましょう。

○好きなことや得意なことをすると気持ちがうれしく、元氣になります。

○なかなか楽しい気分になれない時があっても大丈夫です。自分のことを大切に、心と身体を
ゆっくり休めてください。

スクールカウンセラー室のあいている日

	へんみ りょうこ ここ し ぶん 遠見 涼子（午後4時40分まで）	のぐち たつや ここ し ぶん 野口 達也（午後4時30分まで）
7月	2（水）、9日（水）、16日（水） 23日（水）←夏休み開室日	16日（水）
9月	10日（水）、17日（水）、24日（水）	3日（水）、17日（水）



保護者の皆様へ

お子さんに気になる様子が見られるときは、相談室を利用していただければと思います。ご心配なこと、お家での関わり方など、
どんなことでも大丈夫です。まずはお話をお聞かせください。一緒に考えさせていただければと思います。

ご相談の予約は教頭までお電話いただくか、担任までご連絡ください。ご利用をお待ちしております。（電話 466-1010）