

ココロノアサヒ

アンニョンハセヨ，スクールカウンセラーの尹智成（ユンジソン）です！
旭丘小学校のみなさん，お元気ですか。まだまだ、油断はできませんが、コロナも落ち着いてきていますね。季節も冬になってきて，寒くなってきましたが，カラダだけではなく，ココロもしっかりアサヒを浴びて，あたたかく，元気にしていきましょうね。ココロが風邪をひいた時は，①元気が出ない
②心配なことが増える，③イライラする，④落ち込みやすくなる
といったココロの異変がおきます。そんな時は，早めに，先生や，
スクールカウンセラーに相談して，回復していきましょう。



（スクールカウンセラーのお仕事ってなんなの？）

- ➔ スクールカウンセラーは，児童・生徒、保護者の相談にのる「話を聴くプロ」です。
- ⇒ 「ココロの専門家」（心理学に詳しく，ココロの病気とその治し方にも詳しい）です。
- ➔ いじめ、学校に行きづらい（不登校），子育ての悩み，エトセトラに対応できます。
- ⇒ 「誰にも言えないこと」などのヒミツは守る「ココロの宝箱」です。

■ □ ■ □ ■ スクールカウンセラー相談日（来校日） ■ □ ■ □ ■

相談日			相談時間
1月	13日	木曜日	13時00分～16時00分
2月	17日	木曜日	13時00分～16時00分
3月	3日	木曜日	13時00分～16時00分

（予約の取り方は？）

- ➔ 担任の先生，教頭先生，保健室の先生，どなたでもいいので声かけてください。
- （この日の相談が難しい方は？）
- ⇒ 大門中学校でのSC相談日に相談ができますよ（基本、毎週木曜日の午前中）
- ➔ 担任の先生，教頭先生，どなたでもいいので、確認してみてください