

柏原小

カウンセラーだより

令和6年4月

狭山市立柏原小学校

スクールカウンセラー 蔭山順一

ご入学・ご進級おめでとうございます。

保護者の皆様、柏原小学校スクールカウンセラーの蔭山順一です。柏原小学校6年目になります。今年久しぶりに満開の桜の中で入学式や始業式を迎えられました。最近桜＝「卒業式」というイメージに変わりつつあります。私は入学式の方がなじみ深いですが、皆様はどちらのイメージでしょうか。

4月は環境が大きく変わる時期です。嬉しい変化もあれば、不安な変化もあります。それは子供たちに限ったことではありません。保護者の皆様にとっても同様です。変化はいろいろなストレスを生じさせます。そして、そのストレスへの適応のスピードは人によって様々です。そんな時に意識しておきたいのは、「早く適応しよう・しなくちゃ」と考えることよりも、自分の「適応への速度」を知っておくことです。適応に時間がかかる場合は、それを前提に考えることで、自分や子供に対して寛容になれます。大切なのは、いかに今の自分にゆとりを持たせられるか。親にゆとりがなければ、子供たちにちゃんと関わることはできません。そんなゆとりを少しでも持てるように、私も一緒にサポートしていければと思います。

これまで受けたご相談の例としては、

- ・子供の学校生活(学習や対人関係)について
- ・不登校について
- ・いじめについて
- ・子供の気になる言動について
- ・子育てについて
- ・保護者の悩み事について(子育て以外もOKです)

などがあります。

どんなささいなこと、ちょっとしたことでも構いませんので気軽にご相談ください。一人で抱えず一緒にお子さんについて考えていきましょう。そして一緒にお子さんの成長を見守っていきましょう。1年間宜しくお願い致します。



### 今年度のスクールカウンセラーの来校日と時間 (9時30分～16時05分)

5月 8日(水)    6月 13日(木)    7月 3日(水)    9月 12日(木)

10月 9日(水)    11月 7日(木)    12月 4日(水)    令和7年1月16日(木)

令和7年2月12日(水)    令和7年3月13日(木)    ※来校日は変更になる場合もあります。

す。相談の申し込み・予約は、教頭まで連絡してください。

柏原小学校 電話 04-2953-5862

