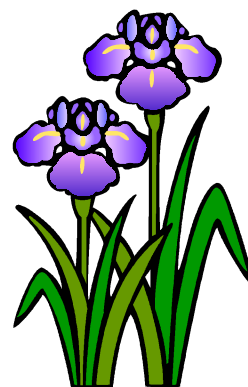


スクールカウンセラーだより

新緑の美しい季節となりました。1学期がスタートしてから1ヶ月余りが過ぎようとしていますが、順調ですか？新しい教室になれようと頑張ったぶん、体も心も疲れが出やすい時期です。

あなたは、大丈夫ですか？



～～心と体が元気になるポイント～～

- ①睡眠…早く寝て、毎朝おなじ時間におきて朝日をあびよう。
- ②食事…朝ご飯を、しっかりたべよう。
- ③遊び…楽しい時間を作って、気分てんかんをしよう。
- ④会話…身近な人と、おしゃべりをしよう。

学校にいる日

(1学期) 6月2・30日 7月6日(火)

保護者の皆様へ

4月から新しい生活に慣れようと、お子様も頑張ってきたと思います。しかし、連休中に気が抜けて疲れがどっと出て、連休明けから学校へ行くのが何となく嫌になることがあります。頭痛や腹痛など身体症状が出たりした場合は、じっくり話を聴いてあげて、充電させてあげてください。お子様のことで心配なこと、気にかかることなどがございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

相談日：上記の日程

時間：10:00～16:45

電話：0279-53-3607



