

そうだんしつ 相談室だより



令和7年9月12日
第2号
新宿区立落合第二小学校
校長 橋本 則子
SC 川内 瑠衣 藍田 幸子

あき ちか 秋が近づいてきました

2学期が始まって、生活のリズムが戻ってきたころでしょうか？まだまだ暑い日が多いですが、少しずつ秋らしい風を感じる日も出てきましたね。長い2学期、頑張りましょう！

さて、1学期で5年生との面談が終わり、みなさんが相談室を利用できる時間が増えました。そこで、相談室のルールをおさらいしたいと思います。裏にルールを書いたので、相談室に来る前に、ぜひ、読んでみてください。



◎相談室は、図書室のむかいにあります。

◎相談室は、月・火・金の中休みとお昼休みに使うことができます。
相談中の看板が出ているときは、入れないので注意して下さい。



川内スクールカウンセラー・・・火曜日・金曜日 午前9時45分～午後4時45分

藍田スクールカウンセラー・・・月曜日（他の曜日に来ることもあります） 午前8時30分～午後5時

◎大事な話をしたいときは、相談室の予約をすることができます。カウンセラーに直接「相談がしたいです」と声をかけてください。または、相談室の外にある「そうだん室を予約するには」を読んでください。



◇保護者の皆様へ◇

2学期も変わらず2名のスクールカウンセラーが在籍しております。お子様のことで心配なこと、気になること（行動面・対人面・情緒面・生活面・発達など）がありましたら、お気軽にご連絡ください。お子様の健やかな成長のために、カウンセラーと一緒に考えていきます。

相談室をご利用の際はできるだけ事前にお電話等でご予約ください。相談室の直通電話は、スクールカウンセラー専用です。ご予約の方法は、学校ホームページの「相談室より」ページもしくは、1学期の相談室だよりをご確認ください。

相談室（スクールカウンセラー）直通電話
03-5937-4747



学校ホームページ
内「相談室より」
のページのQRコードです。

うらめん
裏面もごらんください→

そうだん室をつかうときには

児童のみなさんに気持ちよくそうだん室をつかってもらうために、そうだん室のルールをおさらいしたいと思います。そうだん室に来る前、よやくする前に、よく読んでくれるとうれしいです。みなさんにとって安心してすごすことのできるそうだん室になるように、おねがいします。

【そうだん室をつかえるのは、こんなときです】

- ①困ったことや、心配なこと、不安なこと、悩んでいることがあって、お話をしたいとき
- ②ところが苦しかったり、ずーんと重かったりして、ゆっくり気持ちを落ち着かせたいとき
- ③モヤモヤしたり、イライラしたりしている気持ちを、スッキリさせたいとき
- ④うれしいことがあって、たくさんお話をしたいとき

※そうだん室は、“ただ自由に遊べるばしょ”ではありません。ゆっくり気持ちを落ち着かせたいときや、スッキリさせたいときに、相談室においてあるおもちゃを使って過ごすことができます。外遊びや体育館遊びができないからという理由でそうだん室に来て、たくさんさわぐというようなことがないように、ちゅういしてほしいです。

【きほんのルール】

- ・そうだんのときも、気分を変えたいときも、よやくができます（よやくの方法は、そうだん室の外の、かべにはってある「そうだんしつをよやくするには」という紙を見てください）。
- ・よやくのときは、その日につかいたい人みんなの名前を書いてください。
- ・よやくの時間は、よやくカードに名前が書いてある人だけ、そうだん室をつかうことができます
- ・よやくの時間から5分たってもよやくの人が来ないときには、よやくのひとがいひとでもつかえる時間にします。
- ・よやくのない時間に一度にそうだん室に入れるのは、8人までです。
- ・よやくのない時間に利用したい人がたくさんいるときには、ゆずりあってつかってください（早いものじゅんではありません）。

【やってほしくないこと】

- ・走り回ったり、あばれたりすること
- ・物をなげること
- ・まわりの人を傷つけるような言葉や行動をすること
- ・ぬいぐるみを投げたり、けったり、なぐったり、プロレス技をかけたりすること
- ・だれでもつかえる時間に、他にも入りたい人がいるのに、ゆずってくれないこと

【やってもいいこと】

- ・ゆっくりおしゃべりすること
- ・ソファやイスに座って、ただぼーっと過ごすこと
- ・そうだん室の中のものを使って過ごすこと
- ・モヤモヤやイライラをクッションに受け止めてもらうこと

また、禁止ではありませんが、本は図書室で読んでほしいです。