

スクールカウンセラーだより

NO.1

2026年4月発行

明浜小学校

スクールカウンセラー木下桜子

こんにちは！明浜中・明浜小にきているスクールカウンセラーの
木下桜子です。火曜日の午後に明浜中に来ていますが小学校のみな
さんのお話も聞きたいと思っています。よろしくお願いします！

スクールカウンセラーってなに？と思う人もいるかもしれません。
スクールカウンセラーはみなさんがもっと楽しく学校ですごせるよ
うに、みなさんのお話を聞く人です。児童のみなさんにも気軽に「そ
うだん室」を使ってもらいたいのので、お便りを出しました。

「こまったことがあるのでスクールカウンセラーにそうだんして
みたい」「こまってはいいないけれど、スクールカウンセラーとお話し
してみたい」という人は、ぜひ「予約」してみてくださいね。担任の
先生に「スクールカウンセラーとお話したい」とつたえると、スク
ールカウンセラーが来る日のお休みの時間などに、スクールカウ
ンセラーとお話できるように約束してくれますよ。

ほかの人と、どこがちがうの？

先生が、勉強を教える専門家なのとおなじように、カウンセラー
はお話を聞く専門家。みなさんは、日ごろから、おうちの人や、先生、
お友達などにお話を聞いてもらったり、困ったことをそうだんしたりしていると思います。
そういう近くにいる人には逆に話しづらかったり、いそがしそうで声をかけにくかったり、
あるいは、おうちの人にも先生にも友達にも話したけど、もっと他の人にも聞いてほしい！
と思うこともあると思います。心の専門家の意見を聞きたい、ということもあるかもしれ
ません。そういう時はぜひスクールカウンセラーのところにも来てくださいね。



スクールカウンセラーが中学校に来ている日 (基本は火曜日 12:45~16:45です)

4月	13日(月)	21日	28日		
5月	8日(金)	12日	19日	26日	
6月	2日	9日(火)	16日	23日	30日
7月	7日	9日(木)	14日		

スクールカウンセラーより 明浜小学校の保護者の皆さまへ…

明浜中・明浜小でスクールカウンセラーをさせていただいております、臨床心理士・公認心理師の木下桜子と申します。よろしくお願いいたします。

週に1回、拠点校である明浜中に勤務しておりますが、小学校の児童・保護者の皆様にも活用していただきたいと思っています。

子どもに関して、心配なこと、困ったこと、悩んでいることがある、誰かに話を聞いてもらいたい、たとえば…

- 親子関係やしつけの問題 …「子育てに自信が無い」等
- 子ども自身の個性や能力、特徴の問題 …「気になる行動がある」「他の子と違う気がする」「当たり前のことが出来ない」等
- 家庭環境などが子どもに及ぼす影響
- 漠然とした不安

そんなときはぜひ、気軽にスクールカウンセラーを活用してください。

気軽に利用していただけるように、今年度は懇談会の日に合わせて小学校の保護者の方に優先的に利用していただける日を設けています。普段は仕事などで利用されにくい方も是非ご活用ください。

火曜日(行事等による変更有 12:45～16:45・基本的に5時間目6時間目の授業時間)が基本です。仕事の都合で他の曜日でないと都合がつかない場合などはご相談ください。1回50分間 小学校相談室、または明浜中 1階 ふれあいルーム にてお話を伺います。じっくり取り組む必要のある問題には、定期的なカウンセリングを組むことも可能です。

もちろん、お子さん自身に対するカウンセリングも可能です。中には、行き渋りがある、精神的に不安定等、明らかな困難を抱えていて、「カウンセリングを受けさせたいが、話すのは苦手なので何も話さないと思う」というようなお子さんもおられると思います。

子どもに対するカウンセリングは会話を通すだけではなく、プレイセラピー(遊戯療法)といった、遊びを通して自分を表現する中で回復していく、というような手法もあります。即効性のあるものではなく、時間をかけて取り組む方法ですし、授業時間を充てることにもなるので対象は限られるかと思いますが、ふれあいルームにはある程度の遊び道具も用意されていますので、そうした方法でかかわっていくことも可能です。

2026年度の勤務予定日 火曜日 12:45～16:45 一枠50分程度

4月	13日(月)	21日	28日		
5月	8日(金)	12日	19日	26日	
6月	2日	9日	16日	23日	30日
7月	7日	9日(木)	14日		
9月	2日(水)	7日(月)	18日(金)	29日	
10月	6日	15日(木)	20日	27日	
11月	4日(水)	10日	17日		
12月	1日	8日	15日	16日(水)	22日
1月	12日	19日	26日		
2月	2日	9日	16日	24日(水)	
3月	2日	9日	16日	23日	

7/9と12/16が懇談会に合わせた日程です。(予定は変更になることもあります。) 相談は予約制となっております。希望される方は、担任の先生を通じて、ご連絡ください。