

# スクールカウンセラーだより



令和2年度 第3号 6月発行

大矢知興譲小学校スクールカウンセラー 谷川智子



ようやく学校生活開始になりました。嬉しいと同時に、不安もありますね。生活に制限がかかり、感染対策を意識してしなければならないことが増えました。過ごし方の変化、感染症による社会的不安の影響を子どもたちも少なからず受けています。子どもたちの心身の健康、私たち大人の健康を守るためのヒントを一緒に考えながら進みましょう。

## 日常のこころの健康を回復させるために必要なのは、安全と安心感

まずは、感染予防のための安全な環境を維持していくことが重要です。その上で、毎日となると大変なことですが、子どもが‘安心’を感じられるような関わりや見守りを心がけましょう。（例えば、ダメ出しをしない、部分的であってもできているところをほめる）今までできていたことができなくなることもあります。イライラが増える、何となく元気がない様子になることもあります。コロナ感染ごっこをすることもあり得ます。このような反応は不安や疲れている状態のときに起こっても当然なことです。不謹慎と思われるようなごっこ遊びも、今起こっている出来事を「遊び（例：コロナごっこ）」で再現し、その遊びを通じて不安を和らげていることがあります。ですから、即、叱ったりしないで、様子をしばらく見てから働きかけるようにしましょう。

子どものこと、保護者ご自身のことで心配なときは、早めにご相談下さい。

### ☆相談日（火曜日）

6月	2日	9日	15日	22日	29日
7月	7日	14日			

変更になることがありますので確認して下さい。

☆相談場所 ふれあいルーム



### ☆相談希望される方は……

まずは電話で予約をお取りください。

相談実施時間 9:30～16:30

（相談時間は1回45分）

連絡先 ☎361-0136

大矢知興譲小学校 教頭先生

