

令和3年11月4日  
中野区立桃園第二小学校  
校長 山崎 義弘  
スクールカウンセラー 林 英美  
心の教室相談員 野口希世子

## そうだんしつだよ 相談室便り

11月

「秋の夜長」という言葉があります。秋は夜の時間がどんどん長くなる季節です。夜の時間が長いこの季節は眠くなることも多いかと思えます。さてみなさんは寝ているときに夢をみることはあるでしょうか。ときには怖い夢、不安になる夢をみてしまうとすっきりと起きられないことにつながります。そこで、良い夢をみるための方法をお話します。良い夢をみるには、布団に入ってから眠りにつくまで、その日にあった楽しかったことだけを思い出して寝てみてください。楽しい記憶が良い夢をみることにつながります。

10月から心の教室相談員が変わりました。休み時間やお昼休みにお話に来てみてください。

### \*心の教室相談員\*

名前：野口 希世子  
趣味：散歩

好きな給食：秋いっぱいご飯（10月の献立にありました）。



### [相談室のご案内（児童）]

【時間】中休みとお昼休み。

【場所】2階、さんすう室と6-1の間の部屋。

【方法】直接相談に来ることも予約を取ることもできます。

【相談室のお手紙ポストについて】

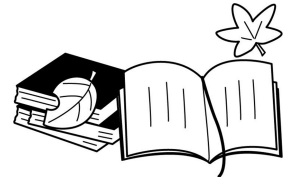
相談室の前にお手紙ポストと紙が置いてあります。直接話しに行くのが難しいときに、使ってください。

## \*保護者のみなさまへ

相談室では、保護者の方々からの相談も受け付けております。お子さまのことで困ったことや気になること（行動面・対人面・発達面・情緒面など）がありましたら、お気軽にご連絡ください。また保護者の方々のプライバシー保護のため、相談は予約制になっております。相談をご希望の方はスクールカウンセラーに直接ご連絡くださるか、担任または副校長を通してお申し込みください。

【問い合わせ・相談申し込み】 03-3363-0661

【曜日と時間】金曜日 8:45~16:00



### [相談室開室予定表]

11月

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
野口			野口	
8	9	10	11	12
野口			野口	林
15	16	17	18	19
野口			野口	林
22	23	24	25	26
野口				林・野口
29	30			
野口				

12月

月	火	水	木	金
		1	2	3
			野口	林
6	7	8	9	10
野口			野口	林
13	14	15	16	17
野口			野口	林・野口
20	21	22	23	24
野口			野口	林
27	28	29	30	31

1月

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
			野口	林
17	18	19	20	21
野口			野口	林
24	25	26	27	28
野口			野口	林・野口
31				
野口				

林……………スクールカウンセラーの在室予定日です。スクールカウンセラーは、子どもたちと保護者の相談に応じます。

野口……………心の教室相談員の在室予定日です。心の教室相談員は、子どもたちの相談に応じます。