

令和7年度



石北小だより

R7.9.8

教育相談だより

～ぽかぽか③～



こんな様子は見られませんか？

夏休み明けに「学校がつらい」「行きたくない」「なんだか、憂鬱」という思いをもった経験を誰もがしたことがあるのではないのでしょうか。また、お子さんからそんな様子が見られることはありませんか？どんな小さなサインでも、実は子どもたちからの重篤なSOS だったりします。そんな時、相談できる先、逃げ込める場所があれば、どれだけ救われるか。悩んでいる子どもが、一人じゃないと感じることができる居場所をつくるのが大切です。気になる様子が見られたら、いつでも学校にご相談ください。

表情や会話

- ぼんやりしている。
- ささいなことで泣く。
- 元気がない。
- 笑わなくなる。
- 喜怒哀楽が激しい、あるいは無表情になる。
- 学校や友達のことを話したがる。
- 一方的に話し、会話が成立しない。

行動の変化

- 学校に行きたがらない。
- 学習への意欲が乏しくなる。
- 家族に反抗的になる。
- ささいなことで物を壊したり、人に攻撃的になったりする。
- 親のそばから離れない、強い甘えが見られる。
- 一人になるのを怖がる。

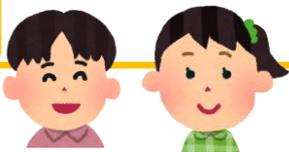
からだの反応

- 食欲がない、あるいは、過食になる。
- 体の痛みやかゆみを訴える。
- 眠れない。
- 夜尿が始まる、あるいは増える。
- 以前には見られなかったチック(※1)が出たり、チックが激しくなったりする。

※1 「チック」とは、体の一部にみられる繰り返す動きや言葉で、癖の一種と考えられます。動きのチックとしては、強いまばたきや、顔をゆがめたり、頭を振ったりする1～2種類の動きだけのことが多いのですが、肩をピクッとさせたり、足や身体全体を突っ張るような動きのこともあります。また、声のチックとしては、咳払いを繰り返したり、突然にアッ、アッという叫び声が出てきたりすることがあります。

(引用：東邦大学医療センター佐倉病院小児科 HP)

お知らせ



お子さんの様子で、気になることや話してみたいことはありませんか。スクールカウンセラーの他に、下野市学校教育サポートセンターのスタッフが専門的な知識と豊富な経験で、悩みや困っていることの相談を行っています。

教育相談係
担当 渡邊(光)、高田

きりとり

スクールカウンセラー相談 希望書

9月17日(水)締め切り

9月26日(金)の相談を希望します。

(※必ず第3希望まで数字をご記入いただきますようご協力をお願いします。)

9:30~	10:30~	11:30~	14:00~	15:00~	16:00~

年 組 児童氏名

保護者氏名

相談される方： 本人 ・ 保護者

※上記以外の時間も調整可能です。