

《児童のみなさんへ》

2学期も、木曜日に榎小学校にきています◎

よろしくおねがいします♪

今年のなつは、本当にあつかったですが、

さいきん、すずしくなつてすごしやすくなつてきたね♪

♪秋ってどんな季節？♪

虫の音がきこえてきたり、秋を感じられるようになりました。

2学期がはじまつて少したちました◎

こころもからだも、リズムはとりもどせていますか？？

秋は、「食欲の秋」、「芸術の秋」、「スポーツの秋」といわれるように、

いろんなことにチャレンジしやすい季節です。

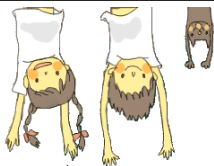
反対に、日が短くなつて、気分が落ちこみやすい季節ともいわれています。

さいきん、やる気が出ない、イライラする、また、食べすぎたり、

ずっとねむたいという人はいませんか？

そんな時は、いつもより体調に気をつけて、あせらないで、ゆっくりね♪

★学校で、おうちで、こまったこと、しんどいこと、だれかに話をきいてほしいということがあれば、カウンセラーとお話することもできるよ。



体調に
気をつけてね



コラム『いろいろな見え方がある？！』

右の絵を、見たことがあるかな？

『ルビンの壺』といいます。

この絵は見方によって、二つのちがうものが見えます

……見えたかな……？

一つは「つぼ」、もう一つは「向かい合う二人のよこがお」です。

この絵のように、ものごと、どう見るかによって見え方が変わる

かも？！マイナスにみえることも、プラスの意味があったり……

お友だちや先生とおはなししたら、自分とは、ちがう

かんがえ方がみえてくるかも……？！

おまけこの絵はどんなふうに見えますか？



《保護者のみなさまへ》

お子さまに関することでお困りのことがございましたら、スクールカウンセラーにご相談ください。不在の場合は、教頭先生か、教務の大道先生までお問合せください。

★カウンセラー来校予定日です★（木曜日：10:00～16:30）

※都合により変更する場合があります。

10 月	15 日・22 日	12 月	3 日・10 日・17 日
11 月	5 日・12 日・19 日・26 日	1 月	7 日・14 日・21 日 28 日