



すこやか

心の相談室だより

新地小学校

No.10

R5. 1.25

～ハンカ巾のような人をめざして～

こころの鬼を追い払おう

2月3日は節分。鬼は外！福は内！と豆をまいて、1年の幸福を願う日です。

この「鬼」は「目に見えない怖いもの」を表します。さて、あなたの中にある「鬼」は何ですか？

失敗するんじゃないか

怖いものはこころの中に住みつき、あなたを後ろ向きな気持ちにさせてしまうことがあります。

自分のことが嫌い

そんなあなたは、自分をほめることを習慣にしてはどうでしょう。1日の終わりに、「今日もいっぱいがんばった！」と自分をほめてあげるのです。

怒られたらどうしよう…

さあ、言葉の「豆」をまいて、こころの「鬼」を追い払いましょう！



今年も節分の季節になりました。恵方は「南南東」だそうです。子ども達が恵方を見ながら真剣に恵方巻きを食べている姿を見ているだけで、なんとなく笑顔がこぼれてします。今年も幸福がたくさん訪れますように…

新地小学校のSC(スクールカウンセラー)

さがらさきこ
相良咲子先生の来校日



日	月	火	水	木	金	土
			1 ☺	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15 ☺	16	17	18
19	20	21	22 ☺	23	24	25
26	27	28				

日	月	火	水	木	金	土
			1 ☺	2	3	4
5	6	7	8 ☺	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

* 保護者の方だけでなく、児童本人もカウンセリングを受けることができます。SCとの相談は予約制です。新地小学校62-2006までご連絡ください。