

学校だより

のびやかに すこやかに

こうちょうせんせい ひがしやましようがっこう
校長先生から東山小学校のみなさんへメッセージです。

げんき
みなさん元気ですか？

ひがしやましようがっこうこうちょう はせがわゆたか
東山小学校長 長谷川豊

わたし がつ こうちょうせんせい ひがしやましようがっこう
私は、4月から校長先生として東山小学校にやってきました。1年生のみなさんとは入学式の時に1回だけ会うことができましたが、2年生以上のみなさんとは、まだ会うことができていませんね。とても寂しいです。



がつ かていがくしゅう ひ つづ きそくただ せいかつ ところ
5月のおわりまでは、まだ家庭学習の日が続きますが、規則正しい生活を心がけてがんばりましょうね。校長先生は、みんなの笑顔を見るのがとても楽しみです。みんなの元気な声を聞くことがとても楽しみです。

とき おも こうちょうせんせい ちゅう いえ
こんな時だからできることもあると思います。校長先生は、ゴールデンウィーク中は家でたくさん読書をしていました。みなさんも時間の使い方を工夫してくださいね。早く友だちに会いたいです。おもいますが、もう少しのがまんです。今はみんなはなれていますが、心を一つにして乗り切りましょう。

こうちょうせんせい あ
まだ校長先生と会うことができていないみなさんに、
ひがしやましようがっこう せんせい こうちょうせんせい にが お え
東山小学校の先生たちが校長先生の似顔絵をかきました。



がっこう はじ
学校が始まったら、どの似顔絵が似ているか会いに行ってみましょう。

スクールカウンセラーだより

令和2年5月15日

ひがしやましょうがっこう
東山小学校のみなさん、こんにちは。スクールカウンセラーの福田晶子
です。ほんねんど
本年度も、どうぞよろしくお願ひします。



しんがっき
新学期がはじまりましたが、しんがた
新型コロナウイルスにみなさんがかからないために、
がっこう
学校のお休みが続いています。ともだち
友達と会えなかったり、あそ
遊びに行けなかったり、いま
できていたことができなくなって、まわ
周りが落ち着かないときには、みなさんのきぶん
気分もい
つもと
同じではないこともあります。それは、しぜん
自然なことで、とくべつ
特別なこと
ではありません。いつもより、イライラしたり、むしゃくしゃするときに
は、おんがく
音楽を聴いたり、ほん
本を読んだり、え
絵を描いたりして、みなさんも、
じぶん
自分に合った方法できぶん
気分を切りかえてみましょう。ストレッチなどのかる
軽い運動やしんこきゅう
深呼吸



も、リラックスするのにやく
役に立ちます。また、しん
しんどいなあというときは、まわ
周りのひと
人に話してみましよう。ふあん
不安な気持ちやしんぱい
心配な気持ちをだれ
誰かにうち
打ち明けると、ほっとすることがあります。

※ 保護者の皆様へ

入学、進級をされたお子さまの健やかな成長を感じられていることと思います。このたびは、新型コロナウイルス感染症対策として様々な取り組みが行われる中で、保護者の皆様もストレスを感じられていることと思います。このような事態では、子どもも大人もいつもと異なる行動や反応が出ることは一般的なことです。ストレスを軽減するために、できるだけ、規則正しい生活をして、十分に食事をとり、ストレッチやリラックスできる運動をするように心掛けましよう。また、信頼できる人と話をするには役に立ちます。会って話すことが難しい相手であれば、電話やメールなどで連絡をとることもよいでしょう。お子さんのこと、ご家族のこと、ご自身のことでご心配がありましたら、お気軽にスクールカウンセラーにご相談いただけたらと思います。プライバシー保護の観点から秘密は厳守いたしますのでご安心ください。

スクールカウンセラー 福田晶子

