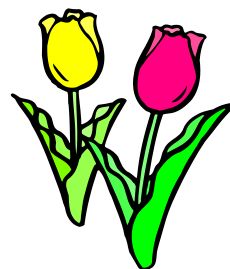


宮城野中学校

# ★教育相談だよ！★

2020年5月1日



さわやかな新緑の季節を迎えました。今、世界では新型コロナウイルスによる感染症が蔓延しています。宮城野中学校でも臨時休校が長引き、ストレスや不安を抱いている人が多いのではないかと思います。日常と異なる生活環境の中で、心のケアをしていくためにご家庭でもできることをいっしょに考えていきたいと思えます。休校明けには、元気な笑顔で登校できるよう、何かお困りのことや気がかりなことがあれば、いつでも学校にご連絡ください。

## お子様の心のケアのためにご家庭でできること

### 1 お子様の頑張りを認めましょう

このような状況の中で、頑張っていることを認めてあげることが大切です。お手伝いや家庭学習、妹や弟のお世話など身の回りのことで頑張っていることをぜひほめてください。

### 2 健康観察をしましょう

「眠れない」「食欲がわからない」「イライラする」「集中できない」「落ち着かない」など様々な状態が見られるかもしれません。これらは普段とは異なる状況の中で起こる、誰にでも現れる反応です。自然な反応であることをお子様に伝え、好きなことで気分転換をしたり、リラックスできる方法をいっしょに探してみるのもいいと思います。

### 3 正しい情報を伝えましょう

うがいや手洗いといった現在の行動や対応が感染予防に繋がり、家族や地域の感染を最小限に抑えることであることが理解できると、今の生活や状況に適応しやすくなります。

※ 家の中にいる時間が長くなるにつれてマイナスの影響が見られる場合には、担任だけでなく、養護教諭、スクールカウンセラーなど学校全体で相談を受け付けております。(電話 022-256-0215) また、宮城野中学校のホームページにも「相談窓口」がリンクされておりますので、ご活用ください。

## スクールカウンセラーの予定について 5月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 本間	14	15	16
17	18	19	20 本間	21	22	23
24	25	26	27 本間	28	29	30
31						

### 時間

9:00~16:45

### 場所 1階カウンセラー室

\*カウンセリングは予約制です。予約のしかたについては、「カウンセリングルームだより5月号」をご覧ください。なお、現在、来校せずに電話によるカウンセリングも受け付けております。ご希望の日時をご連絡ください。

### 支援室「ステーション」の御案内

学校を休みがちなお子様や、集団での活動が苦手なお子様を利用できる場として、今年度より支援室「ステーション」が本校に開設されました。専任の担任教諭を配置し、適応指導センター「杜のひろば」の訪問支援員と連携しながら、教室復帰や自立に向けての支援を行います。

詳しいことをお知りになりたい方は、不登校支援コーディネーター丸山涼子までご連絡ください。相談や面接は臨時休校中も受け付けております。

### \* 相談窓口のご案内 \*

宮城野中学校職員室 256 - 0215  
 児童相談所 219 - 5111  
 適応指導センター 773 - 4150  
 子供相談支援センター 262 - 4828  
 精神保健福祉総合センター  
 (はあとぽーと仙台) 265 - 2191  
 教育相談課教育相談班 214 - 0004  
 24時間いじめ相談専用電話  
 265 - 2455

