

【スクールカウンセラーの先生から】

こんにちは。竹の塚小学校スクールカウンセラーの佐山と丸本です。暖かい日が増えてきました
が、みなさんはいかがお過ごしですか。

私ははじめの頃、「病気になったらいやだな」と不安になったり、何もせずだらだらと過ごして「あ
～あ」と残念な気持ちになったりと、あまり元気ではありませんでした。

ですが、「これはいけない！ なにか作戦を立てなくては！」と日課を作ったり、人と話す機会を増
やしたりするうちに、いつの間にか気持ちは元気になってきたような気がします。

「つまんないよ」「こわいよ」「会いたいよ」みなさんが感じているその気持ちはぜひそのまま誰か
に伝えてみてください。「そうだよね」「わたしも」「会えたら〇〇しようね！」こんな返事が来た

らなんだか気持ちがあたたかくなりませんか。

みなさんと会えるのを心から楽しみにしています。