佐倉市立間野台小学校

スクールカウンセラーだより

令和７年６月

【児童の皆さんへ】　～　恵みの雨の季節を楽しんで　～

紫陽花の色鮮やかな季節になりました。梅雨は、自然界の生き物にとって恵みの雨の季節です。天候による気温の変化が大きい時期ですが、体調管理に気を付けて、雨の日ならではの楽しみを見つけてください。

タイムマシンに乗って恐竜のいる時代にやってきました。
後ろを見ると恐竜があなたを見ています。あなたはどうしますか？

1 恐竜から見えないところにかくれる
2 恐竜の顔を見る
3 その場にしゃがみこむ

→結果は下を見てね！

【保護者の皆様へ】　～　ほどほどの時間でコントロール　～

これからの季節は、室内遊びをして過ごす時間が多くなります。ネットやゲーム等への過度の没頭は、他の活動の時間が失われたり、身近な人々との関係が悪化したりするなどの影響が懸念されます。

世界保健機関(WHO)による国際疾病分類(ICD-11)で、**ゲーム症(ゲーム障害)が依存分野に**加わり、2022 年に発効しました。

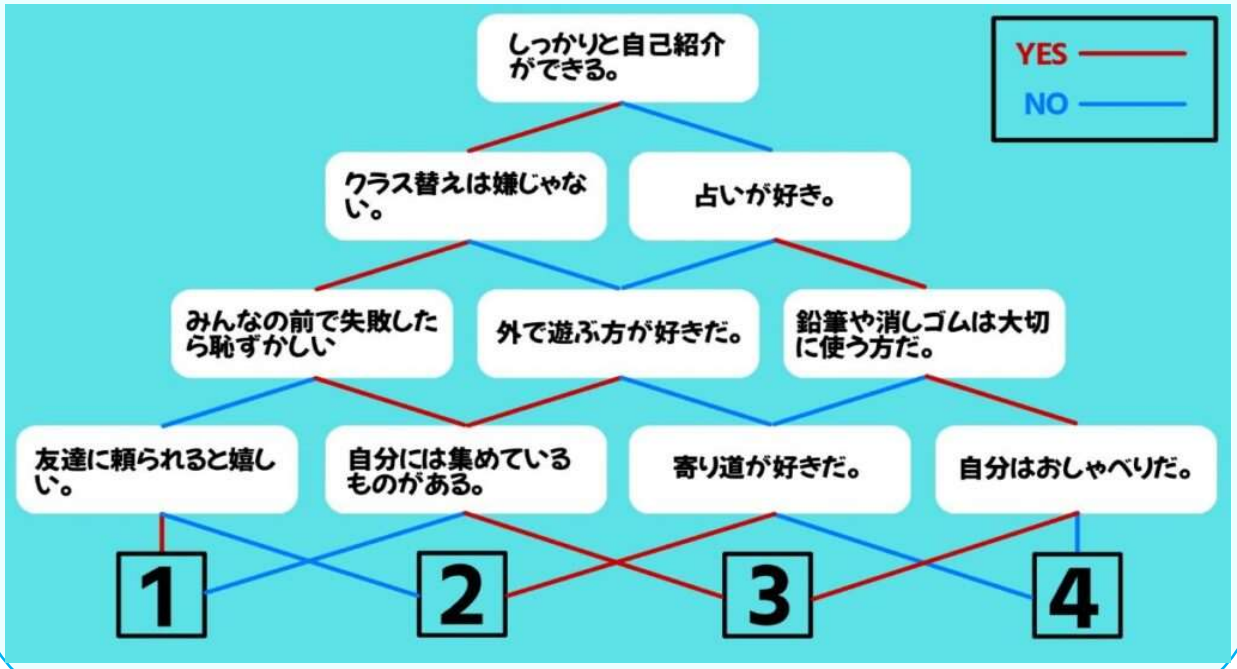
現代社会で生活していく上で、スマホやネット環境を絶つことは非現実的です。Wi-Fi を切ったりゲーム機を取り上げたりすることは、家族間の対立を一層深めるリスクがあります。目標は、ほどほどの時間でコントロールできるようになることです。**どんな約束なら守る/守らせることができるのかを親子で一緒に考え、守ることのできる約束を作っていく**ことが大切です。そして、子どもが守れたら褒めてあげてください。

このもんだいでは、あなたのせいかくがわかるかも？

1 をえらんだひと……どんなときでもれいせいにかんがえ、さいぜんのさくをとることができるしっかりものタイプ。
2 をえらんだひと……ゆうきはあるのですが、ピンチにあうとあわててしまうことも。おちついてじっくりかんがえればたよりになるタイプ。
3 をえらんだひと……ピンチにあうとくじけてしまうことも。みんなのちからをあわせてたちむかうタイプ。

※６月の相談日は 12 日（木）、20 日（金）、７月は４日（金）の予定です。

上から一つずつ質問に答え、最後にたどりついた番号は？



この問題では、あなたにおすすめの友達の作り方がわかります！

1にたどりついた人……自分のことを知ってもらうことで友達を作る人

あなたはとても魅力がある人です。自分からどんどん話しかけ、自分のことを積極的にアピールすることで、多くの友達を作ることができるでしょう。

2にたどりついた人……活動を一緒にすることで友達を作る人

あなたは一緒に何かを行うことで友達を作ることができる人です。委員会や係などの仕事を頑張ることによって、あなたが頼りになる人だということが分かり、たくさんの友達が集まってくることでしょう。

3にたどりついた人……共通の趣味を通して友達を作る人

あなたは好きなことを楽しく話すことができる人です。興味のあることや好きな遊びなどの話題で打ち解け、友達がふえていくでしょう。

4にたどりついた人……特定の人と、とことん仲良くなる人

あなたは相手のことをよく考えて友達に声をかけることができる人です。広く浅い人間関係ではなく、深い人間関係を築くので、親友ができるでしょう。