



七色ルームだより

令和8年4月21日
清瀬市立清瀬第七小学校
校長 吉田 有子
生活指導・教育相談部

令和8年度が始まりました。新しいクラス、新しい先生に毎日ドキドキしながら過ごしている人もいます。緊張したり、不安でいらいらしたりすることは自然なことです。一人で抱え込まずに誰かに話してみませんか。

昨年度に引き続き、七小のスクールカウンセラーの先生は です。また、カウンセリングを行う曜日は火曜日になります。(一部金曜日あり) 予約の仕方は以下の通りです。

予約の仕方

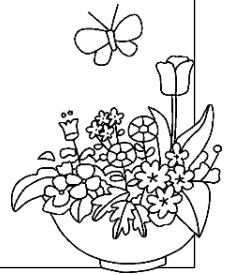
- 相談ポスト(七色ルームのドア)に相談カードを入れるか、担当の先生に直接申し込みます。
【担当の先生】
副校長先生、 先生、 先生
- カウンセラーの齋藤先生が空いているかチェックして、空いていたら予約ができます。予約ができたか、担当の先生に聞いてください。
- 予約した時間に七色ルームへ行きます。(七色ルームの場所は放送室のとなりです。わからなかったら、先生に聞いてください。)

相談の時間

(2校時)	9:35~10:20
(中休み)	10:20~10:40
(3校時)	10:45~11:30
(4校時)	11:35~12:20
(昼休み)	13:00~13:15
(そうじ)	13:20~13:35
(5校時)	13:35~14:20
(6校時)	14:25~15:10
放課後①	15:10~16:00
放課後②	16:00~16:30

*** 休み時間、放課後は**

子供の相談が優先です。



保護者の皆様もお気軽にご活用ください

スクールカウンセラーの職務は児童の心のケアのため、児童へのカウンセリングや保護者の方に助言を行うものです。相談内容は友人関係や不登校、いじめ、友人関係、学習関係など多岐にわたります。

お子さんのことで心配なことがございましたら、お気軽に相談ください。相談の予約は担当まで(042-493-4317)または、直接口頭にてお申し込みください。

学校に直接お越しいただかなくても、お電話やタブレットを用いてのリモートでのご相談もお受けしています。その際も事前に予約をお願いいたします。

5年生全員面接が始まります

5年生のみなさん、ついに高学年ですね。七小の5年生は、毎年全員面接を行っています。

今年度は、4月28日からスタートします。



*全員面接ってなに？

みなさんは、新しいクラスが始まったことや、係活動など、高学年になってはじめての活動が増えることで、不安や心配を感じていませんか？ 学習も毎年少しずつ難しくなっていていませんか？ 実は、東京都の5年生は、全員が学校のスクールカウンセラーと面接を行うことが決まっています。スクールカウンセラーは学校生活の悩みや不安と一緒に考えてくれる先生です。七小は昨年度と同じ先生です。5年生になって不安なこと・聞いてほしいこと・こまっていることを、一人で考えこまないで、この機会に相談してみませんか？

齋藤先生は、悩み相談だけでなく、がんばっていることや趣味など、5年生のみなさんのことをもっともっと知りたいと思っています。ぜひ、気軽に面接に来てくださいね。



全員面接で、七色ルーム（放送室のとなり）の場所と、スクールカウンセラーの先生をおぼえてください。いつでも七色ルームでまっています！

5年生の保護者のみなさまへ

全員面接とは、学校生活の悩みや不安、頑張りたいことなどを七色ルームにいるスクールカウンセラーと話す機会です。子供たちの相談しやすい環境を整え、いじめの未然防止や早期対応のために東京都の5年生は全員がスクールカウンセラーと面接を行うことが決まっています。

高学年になると、成長と共に友達関係や学習などの学校生活における悩みが増えていくのは自然なことです。その成長過程で、誰にも言えない悩みが膨らんでしまうと、ストレスが溜まり、健康な学校生活を送ることが難しくなってしまうことがあります。これは大人も子供も一緒です。ストレスへの対応は、子供たちを支える「サポート源」を増やしてあげること、ストレスへの対処方法を教えることで、「対処方法の引き出し」を増やしてあげることが大切と言われています。そのため、困ったときに相談できる場所の1つとして、七色ルームがあることを知ってもらうために全員面接を行います。一方で、お近くにいる保護者の方以外には気付けない変化も沢山あります。「いつもと何かがちがう」「急に嫌がる」など、子供たちの些細な変化やご心配がございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。