

「そうだんしつ」だより



台東区立台東育英小学校
統括校長
スクールカウンセラー

皆さん、今年もどうぞよろしくお願いいたします。

2026年の干支は「午（馬）」です。干支は十二支（12匹の動物）が有名ですね。じつは干支にはもう一つ「十干（じっかん）」というものもあります。この十干と十二支を合わせて「干支」というのです。干支の組み合わせは全部で60通りあります（12と10の組み合わせでなぜ60なのかは調べてみてください！）。60歳になった時を「還暦（かんれき）」として祝いますが、これは60通りある干支を一巡したことを記念しています。

今年は十干の「丙（ひのえ）」と十二支の「午（うま）」が合わさった「丙午（ひのえうま）」という60年に一度しか巡ってこない特別な午年です。干支では丙も午も「火」をあらわしており、非常にパワフルで活動的な年になるといわれています。皆さんも「火の馬」のパワーで不安を晴らし、物事を好転させて、困難を乗り越える一年にしましょう。

もしも不安が晴らせなかったり、物事がうまくいかなかったりすることがある時は、スクールカウンセラーに相談してください。いつでも力になります！



「そうだんしつ」のごあんない

「そうだんしつ」は、1階の正門を入った右の奥（育英幼稚園の手前）にあります。20分休みと昼休みに開いています。

困っていることや気になることがあったら、一緒に考えましょう。

お話しをすると、問題を解決するためのヒントが見えてくることがあります。

絵をかいいたりゲームをしたりして、自由に過ごすことも可能ですが、そうだんに来ている人が優先です。

そうだん方法

①～③のどの方法でも来室できます。

①月・火・金曜日の中休みか昼休み、または放課後に直接、「そうだんしつ」に来る。

②担任の先生に話して予約をとる。

③「そうだんしつ」前のポストに、クラスと名前、相談したい日を書いて入れる。



保護者様からのご相談

落ち着きがない、学校に行きたがらない、集団での様子が心配、学習に身が入らない・・・など、お子さんのことで、何かご心配、気がかりなことがありましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

臨床心理士・公認心理師であるスクールカウンセラー

都スクールカウンセラー（火曜日）と区スクールカウンセラー（月曜日と金曜日）が担当します。

- 1 電話での予約: 職員室 03-3851-3600
- 2 相談ポストでの予約: 相談室前に設置してある用紙を記入後、相談ポストに入れてください。
- 3 連絡帳など: 担任の先生を通して申し込みが出来ます。
開室日は、月・火・金曜日ですが、事情により変更する場合もございますので、直接来室される際は、事前にお電話などでご確認をお願いいたします。

