



むぎのほ



かいかんだより

2022年度（第2号） 第265号

心理士より
ちょっと一言

夏休みに入りました。親御さんにとっては、長い長い（恐怖の！？）夏休みですね。

ようやくコロナも落ち着いて今年の夏休みは、外で遊べるかな・・・と思っていた矢先、コロナ第7波のニュース。今の所、行動制限はなさそうですが・・・

せっかくの夏休みなので楽しいことをとっている方も多いかもしれません。ネットで「親子で楽しむ夏休み」などで検索してみると、各種イベントの紹介と一緒に、「ちょっとやってみよう」的なものが多いのに、びっくりします。例えば、ピザを焼いてみよう・消しゴムスタンプを作ろう・石鹸を作ろう・メスティンでごはんを炊こう・・・

スクールカウンセラーの時に、子ども達と夏休みの話をした時に、夏休みの思い出が、大きなイベントだけではなく、ちょっとしたことの方が沢山出てきたのを思い出します。親子で取り組んだちょっとしたことでも、子どもにとっては忘れられない思い出にもなるんだなと感じます。

真夏の空に、大きく広がる打ち上げ花火も迫力があって、それは見事です。庭でそっと手を揺らさないようにと息をとめながらの線香花火もまた風情があります。長い夏休み、まずは親子で、何をしたいか相談してみてもいいかもしれません。

心理担当職員 横田 由香

