



心の元気を大切に!

昔から、五月の時期にやる気がなくなることを「五月病」といわれています。それは、新しい年度になって多くのことに頑張りすぎてエネルギーが小さくなったことを言っているようです。疲れたときは、心も体も一息つくことが必要です。



なんとなくやる気が出ないよ。
学校に行きたくないなあ。

子どもさんの中には、4月から新しい環境で頑張り続けてきて、少し心が疲れている人がいるかもしれません。

お子さんの心のエネルギーが切れそうなときは、一緒に過ごす時間を増やし、お話をたくさん聞いてあげてください。スキンシップもいいし、何かを一緒に作るのもいいと思います。



子ども支援相談室をご利用してみませんか

子育てに悩み、少し心が疲れてしまったら・・・
学校や日々の生活で心が疲れてしまったら・・・

子ども支援相談室に相談してみられませんか。子ども支援相談室では、相談員がしっかりお話を聴いて、これからのことを一緒に考えていきます。

電話や来所での相談 0965-30-1669 (9:00~14:00)

メールでの相談 kodomo-sien@yatsushiro.jp

面談での相談 八代市千丁町新牟田 八代支所 2 F



本の紹介



へとへとにつかれたら？
ふとっちゃったら？
だれもわかってくれなかったら？
せかいがかわってしまったら？

あなたなら、どうしますか。

子ども、大人、おじいさんからの様々な疑問に痛快に答えていくヨシタケシンスケさんの心をゆるめる絵本です。思わず顔もゆるんでしまいます。お守り代わりにいつもそばに置いておきたくなる本です。



へんなあだ名をつけられた時、
嫌なことをさせられそうになった時、
触られたくないのに触られたとき
子どもたちはどう解決し、自分をどう守るのか、教えてください。
「子どもの権利」を手がかりに子どもと一緒に考える絵本です。

