

相談室だより 第1号

令和8年4月9日
西東京市立田無第四中学校
スクールカウンセラー

ご入学、ご進級おめでとうございます!!

今年度も、田無第四中学校のスクールカウンセラーは、月曜日から水曜日の3人体制となりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

スクールカウンセラーは、何か不安なこと・心配なこと・困ったことがある時だけではなく、楽しいことがあった時や、リフレッシュしたい時など、ぜひ気軽に利用してみてください。一緒におしゃべりしたり、一緒に考えたりしたいと思っています。みなさんにお会いできるのを楽しみにしています。

自己紹介

★内田(月曜日)

脳の特性から見た、こころの働きに注目しています。お話を聴きながら、イメージを使ったり、アートワークなども取り入れています。話したくない時でも一緒に過ごせたらいいし、マインドフルネスやヨガなど、呼吸や体からの働きかけで、こころを整える方法もお伝えします。

★荒木(火曜日)

昨年度に引き続き、皆さんにお会いできるのを嬉しく思っています♪

生まれも育ちも札幌ですが、寒さにはとても弱いです。これまで、小・中学校だけではなく、教育センターやクリニックでも働いてきました。悩みを一人で抱えるのではなく、落ち着ける・リラックスできる相談室で個々の自分らしさを大切にしながら、一緒に考えていきたいと思っています。

★黒澤(水曜日)

これまで小・中学校をはじめ、教育機関で相談業務を行っていました。

今年度からこの学校に来るので少しでも早く皆さんのことを知れたらと思っているので、見かけたらぜひ声をかけてください。

困っていることだけでなく、ちょっと気になることでも気軽にお話ししてください。一緒に考えていくお手伝いができたらと思います。

保護者の皆様へ

新年度になりましたが、お子さんの様子はいかがでしょう？ 新年度は変化も多く、環境や心境に変化のあるお子さんも多いかと思います。“体調不良を訴えることが多くなった”“最近、学校に行きたがらない”“友達とのトラブルがある”など、お子さんの様子で気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。お困りのことについてお話を伺い、一緒に考えたいと思います。

予 約 方 法

担任の先生等を通じて予約を入れるか、相談室の直通電話にご連絡ください。
直接、相談室に来てスクールカウンセラーに声をかけていただいてもかまいません。

※カウンセラーが相談中の時は留守番電話になっています。
お名前、メッセージを残していただけましたら、折り返しお電話いたします。

042-463-7238 (相談室直通)

開室予定日

4月	6日(月)・8日(水)・13日(月)・14日(火)・15日(水) ・20日(月)・21日(火)・22日(水)・27日(月)・28日(火)
5月	11日(月)・12日(火)・13日(水)・18日(月)・19日(火)・20日(水) ・26日(火)・27日(水)
6月	1日(月)・2日(火)・3日(水)・8日(月)・9日(火)・10日(水)・15日(月)・16日(火) ・17日(水)・22日(月)・23日(火)・24日(水)・29日(月)・30日(火)
7月	1日(水)・6日(月)・7日(火)・8日(水)・13日(月)・14日(火)・15日(水)

相談時間 月曜日・火曜日・水曜日 8:50~16:15

- ① 8:50~9:35 ② 9:50~10:35 ③ 10:50~11:35 ④ 11:50~12:35
⑤ 13:30~14:15 ⑥ 14:30~15:15 ⑦ 15:30~16:15 (放課後)です。

※昼休みと放課後は生徒の相談が優先になります。

予約の入っていない昼休みや放課後は、自由に来室できるので、気軽に寄ってみてくださいね!

場所 I階職員室の向かい側

お待ちしております!!