

相談室だより 第2号

令和7年4月23日
西東京市立田無第四中学校
スクールカウンセラー

生徒の皆さんへ

本年度からスクールカウンセラーが変わりました。新しい3人を紹介します。

荒木先生（火曜日/女性）

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。

山田先生（水曜日/男性）

中学校では人と人との関わりが濃く、気持ちが揺さぶられやすい場所です。会話はもちろん遊びも取り入れながら、悩みを整理したり一息ついてリラックスしてもらえたら良いなと思っています。学校以外の場所での悩みも一緒に考えることもできますので、良ければ気軽に相談室を訪ねてください。

内田先生（月曜日＋不定期で火・水/女性）

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。

予約方法

担任の先生を通じて予約を入れる



予約確定を担任と確認する



予約日に相談室へ来室

相談時間

8:50 ~ 16:15 ※予約のない昼休み・放課後は、来室自由です。

◀ 相談室の開室予定（1学期）は、相談室前の掲示板にあります。

相談室だより1号でも、お知らせしています▶