

# 相談室だより

## 4月号

令和6年 4月  
調布市立神代中学校  
校長 生野まゆみ

スクールカウンセラー

山本裕美 齋藤真理子 足立久美子



### ご入学・ご進級おめでとうございます



桜の花と共に新年度を迎え、晴れやかなスタートとなりました。新しい環境の中で、みなさんは今どのような気持ちで過ごしていますか？「ドキドキワクワク…でも緊張するな」、「新しいクラスで友だちができるかな…」「勉強についていけるかな…」など、環境の変化に不安を覚える人もいるかもしれませんね。深呼吸しながら、焦らず自分のペースで新しい環境に慣れていけるといいですね。

さて、スクールカウンセラーは昨年度に引き続き齋藤真理子と、今年度より山本裕美（ゆうみ）、足立久美子が担当します。みなさんが安心して学校生活が送れるよう、お手伝いできればと思っています。月、火、金曜日に相談室にいます。気軽にのぞいてみてくださいね。

#### 山本裕美（月曜日）

皆さん、初めまして。何か困ったことがある時、嬉しかったことや話したいことがある時、リラックスしたい時などに相談室を気軽に利用してくださいね。皆さんとお会いできるのを楽しみにしております！

#### 齋藤真理子（火曜日）

悩みごとや困りごとはもちろん、みなさんが好きなことや夢中になっていることなど、いろいろなお話ができればと思っています。みなさんの良さや強みを大事にした相談活動心がけています。

#### 足立久美子（金曜日）

初めて神代中学校のスクールカウンセラーになり、これからどんな出会いがあるか楽しみにしています。ことばで自分の考えを整理することで、不安を元気に変える相談を目指します。どうぞよろしく願います。

#### <相談方法>

生徒のみなさんは、月・火・金曜日の昼休み・放課後に直接来室し、予約、相談できます。また、担任の先生、保健室の先生を通じて相談の予約をすることも可能です。友人関係、部活動、勉強、家族のこと、自分自身のことなど、みなさんに関わることならどのようなことでも相談できます。

相談室は 2階、事務室の並びにあります。

#### ♪ 4、5月の開室予定 ♪

##### 月曜日（SC 山本）

4月 15日、22日

5月 13日、20日、27日

##### 火曜日（SC 齋藤）

4月 16日、23日

5月 7日、14日、21日、28日

##### 金曜日（SC 足立）

4月 12日、19日、26日

5月 10日、17日、31日



#### 保護者のみなさまへ



4月は保護者のみなさまにとっても、期待と不安が入り交じる時期ではないかと思います。相談室ではお子さまに関するご相談をお受けしています。お子さまの学校での様子を見させていただきながらご相談に応じることも可能です。下記の電話番号までお気軽にご連絡ください。

相談室直通電話 **042-482-0184**（9時～17時）

神代中学校 **042-482-0171**

\*担任、養護教諭を通じて申し込むことも可能です。