

# スクールカウンセラーだより

令和8年3月13日

調布市立第四中学校  
スクールカウンセラー  
千早 寿里  
小島 裕貴



春の暖かい日差しが嬉しい3月に入り、今年度も残り少なくなってきました。この一年間は皆さんにとってどんな一年でしたか。毎日の小さな頑張りが結果につながった人も多いと思います。4月から、3年生はもちろん1、2年生にとっても新しい仲間との出会いが待っています。緊張や不安もまた皆さんの成長につながっていきます。季節の変わり目でもあるので体調に気をつけて過ごしましょう。

相談室では、随時相談を受け付けています。基本的に1階の相談室で行います。開いているのは、休み時間、昼休み、放課後です。気軽に話に来てください。予約方法については、スクールカウンセラーだより4月号（HP>本校の特色>教育相談）か相談室前の掲示をご覧ください。



## ～ 卒業のお祝いメッセージ ～

3年生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。

中学校3年間の中で、多くのことを学び、成長したと思います。

これからの新生活でも、自分を信じて、時には周りの人を頼りながら、前に進んでいてください。

スクールカウンセラー 小島 裕貴

3年生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。

皆さんにとってあっという間の3年間だったと思います。四中での思い出や経験は、成長期の皆さんにとってこれからも心に残るものになるでしょう。

「自分らしさ」はこれから見つけていけばいいと思います。毎日を悔いなくのびのびと過ごしてほしいと思っています。

スクールカウンセラー 千早 寿里

## ～進級のお祝いメッセージ～

1・2年生の皆さん、一年間お疲れ様でした。令和7年度も貴重な経験が多かったのではないのでしょうか。4月から、新しい学年・新しいクラスでの生活が始まります。皆さんにとってより良いものになるように、これからも相談室から応援しています。



### ◎ 保護者の皆様へ

スクールカウンセラーは、保護者からのご相談もお受けしております。なお、相談室直通電話は、留守番電話になります。連絡先を残していただければ、次の勤務日に折り返しご連絡します。ただし、勤務日程等の関係で、すぐにご連絡ができないこともありますので、急ぎの場合には学校へご連絡ください。新年度の出勤日は4月のお便りに掲載します。

[相談室直通電話：03-3308-2531 第四中学校：03-3308-1175]