

さわやか相談室だより

NO.1



令和7年4月28日
新座市立第四中学校
校長 大井 敏彰

さわやか相談員 荒井恵美子
スクールカウンセラー 有村亜紀子
スクールソーシャルワーカー 市村麻衣子

新年度が始まりました。1年生は、小学校とは違う環境や生活スタイルに戸惑うことも多いと思います。悩みを自分一人で抱え込まず、些細なことでも誰かに話を聞いてもらいましょう。2・3年生は新しいクラスへの期待と緊張でいっぱいでしょうか。気持ちと生活リズムを整えて、新しい一年を充実したものにしていきましょう。

保護者の皆様には、日頃からさわやか相談室の運営にあたり、ご理解・ご協力をいただきありがとうございます。相談室では、生徒や保護者の皆様、第四中学校区内の小学校（新開小・新座小）の児童や保護者の皆様のご相談も受け付けております。また、スクールカウンセラーによる、より専門的な支援も受けられますのでご利用ください（裏面参照）。カウンセリングは予約制です。

～さわやか相談室Q&A～

◆相談室は何をすることで？

困っていることや気になっていることがある時に、どうしたら良いかを一緒に考える場所です。

- 学校のこと・友達のこと・自分自身のこと・お家のことなどで相談をしたい。
- なんとなく気持ちがイライラ・ソワソワして落ち着かない。気持ちを落ち着かせたい。

◆場所と時間は？

場 所：1階のさわやか相談室（昇降口と保健室の間）です。

開室時間：月曜日～金曜日 午前8時30分～午後4時15分

- 生徒の皆さん…来室相談は、基本的に昼休みと放課後になります。

緊急性がある場合は担任の先生または教科の先生の許可があれば、その時間外にも利用できます。

- 保護者の皆さん…事前にお電話をいただき、ご予約をお願い致します。

048-477-0880（相談室直通）

048-477-6053（職員室）

◆どのように利用すればいいの？

- 話がしたいな、誰かに聞いて欲しいな、と思った時には立ち寄ってください。
- 他の人には知られたくないことがある時にはお知らせください。個別に対応します。
- カウンセリングを予約したい時は、担任の先生か相談員に連絡をください。

◆誰が話を聞いてくれるの？

- さわやか相談員 **荒井 恵美子** あらい えみこ [教員やスクールカウンセラーと連携を図りながら支援をします。]
月曜日から金曜日まで、さわやか相談室にいます。皆さんがホッとする時間を過ごせるよう、一緒に考えていきます。困ったこと・うれしかったことなど、何でも話しに来てください。よろしくお願い致します。
- スクールカウンセラー **有村 亜紀子** ありむら あきこ [子供や保護者の心理面のケアをします。]
隔週水曜日に伺います。以前は、銀行員→専業主婦→フードコーディネーター→英語教員でした。悩みを聴くだけでなく、皆さんの好きなことを教えていただき、今後に生かすお手伝いが出来れば幸いです。因みに私は、ひとり旅、美術&音楽、猫、韓流、スイーツ等が好きです。よろしくお願い致します。
- スクールソーシャルワーカー **市村 麻衣子** いちむら まいこ [福祉的・医療的なケアも含めて支援をします。]
毎週火曜日と水曜日に来校しています。新学期が始まり、楽しい気持ち・不安な気持ちなど色々な想いがあるかと思えます。誰かに話したいこと・聞いて欲しいこと・困ったことなど、お話を伺い、一緒に考えさせていただけたらと思います。よろしくお願い致します。

～スクールカウンセラー来校日（隔週水曜日）～

※要予約。45分間程度/回。

1学期	2学期	3学期
4月 16日(水)、30日(水)	9月 10日(水)、24日(水)	1月 7日(水)、21日(水)
5月 14日(水)、28日(水)	10月 8日(水)、22日(水)	2月 4日(水)、25日(水)
6月 11日(水)、25日(水)	11月 5日(水)、19日(水)	3月 11日(水)
7月 9日(水)	12月 3日(水)、17日(水)	



～新座市教育相談室のご案内～

受付時間 月曜日～金曜日 午前10時～午後6時
 電話相談 048-477-4152
 住 所 新座市野火止1-14-14（新座市役所 第四庁舎）
 来室相談 教育相談員による相談、学校カウンセラーによる相談
 ※学校カウンセラーによる相談は、電話での予約が必要
 が必要です。

