

カウンセリングルームだより4月

2026年4月17日
成瀬台中スクールカウンセラー
川崎 直子・川上 舞子

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2, 3年生のみなさん、進級おめでとうございます。スクールカウンセラーの川崎と川上です。川上が毎週火曜日、川崎が金曜日に成瀬台中学校に来ています。

はじめまして。今年度から火曜日に勤務する、川上舞子(かわかみまいこ)と申します。春は草花が芽吹き、桜も咲いてとてもうれしい気持ちになる一方で、スタートラインに立つ機会が増えて、憂うつな気持ちになることもあると思います。うまくスタートできた人、なかなか波に乗れない人、みなさん、精一杯過ごされていると思います。普段よりもよりたくさん寝たり、始める前に深呼吸をしたり、意識して休む時間を取ってみてくださいね。それでも「なんだかうまくいかない」時はぜひ、相談室を思い出してください。

カウンセリングルームは 2 階東側の奥(会議室の向かい側)にあります。よかったら部屋の中をのぞいてみてください。

4月・5月のカウンセリングルーム開室日 (火曜・金曜)

4月 7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火)
10日(金) 17日(金) 23日(木) **曜日が違います

5月 12日(火)、19日(火)、26日(火)
1日(金) 8日(金) 15日(金) 22日(金) 29日(金)

開室時間：火曜日 8時30分～17時00分 金曜日 8時50分～17時00分

直通電話042-720-6527

(出ない場合は学校042-728-6030におかけください。)