

カウンセリングだより

2026年1月

町田市立堺中学校

スクールカウンセラー

東海林 則子

恩田 瑞穂



堺中学校のみなさん、こんにちは！スクールカウンセラーの、東海林則子（月曜担当）と、恩田瑞穂（金曜担当）です。寒い毎日が続きますね。冬休みも終わりましたが、体調を崩していませんか？朝、布団から出ることが辛い人はいませんか。これといった相談がなくとも、お話をすると少しすっきりするかもしれません。ぜひ、相談室に来てくださいな。

カウンセリング予約のしかた

- ① スクールカウンセラーに直接言う
- ② 担任の先生や保健室の先生に言う
- ③ 電話で申し込む（スクールカウンセラー相談室：771-1148）

【堺中学校の保護者のみなさまへ】

堺中スクールカウンセラーの東海林則子と恩田瑞穂です。スクールカウンセラーとして、保護者のみなさまのお話をうかがいながら、お子さまにとってよい方法を共に考えていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。予約方法は上記の通りです。ご利用ください。

2025年度 カウンセラーが学校に来る予定日

	月曜日（東海林）	金曜日（恩田）
	※月曜日以外もあります。	
1月	19日 26日	9日 16日 23日 30日
2月	2日 9日 16日 26日（木）	6日 13日 20日 27日
3月	2日 9日 16日 23日	6日 13日 27日

☆月曜日は 東海林、金曜日は 恩田 が相談を担当します☆