



相談支援つうしん

R8 第1号

県立湘南支援学校
支援連携グループ
相談支援班
令和8年4月30日(木)

新年度を迎え、約1か月が過ぎようとしています。学校やクラスの雰囲気になんげづつ慣れてきたころでしょうか？今年度もどうぞ、よろしくお願いいたします。

相談支援班メンバー紹介



支援連携グループリーダー 進路担当	教育相談 コーディネーター	小学部 相談担当	中学部 相談担当	高等部 相談担当	専門職 臨床心理士
山田陽佑	牛島あゆみ 黒澤倫枝	竹内佳奈未	犬塚将志	米倉鈴加	谷下裕子

こんにちは。支援連携グループリーダーの山田です。私は毎朝のルーティンは、前日に洗って乾かしておいた食器や鍋を片付けながら、お湯を沸かして通勤の車の中で飲むレモンティーを作って、水筒に入れることです。お子さんの家庭生活や学校生活について、困っていることや疑問に思っていることなどを相談することができますので、何かございましたらご連絡ください。

山田



こんにちは。教育相談コーディネーターの牛島です。私の毎朝のルーティンは、コーヒー豆を挽いてコーヒーを淹れることです。香りで「今日も一日がんばろう」という気持ちになります。お子様のごことで何か気になること、ご心配なことがあればお気軽にご相談ください。担任と協力しながら支援を行って行きます。

1年間よろしくお願いいたします。



こんにちは。今年から教育相談担当となりました黒澤です。最近はお菓子作りにはまっています。朝食にチョコレート麺やブルーベリー麺等をパンに塗ったり、休みの朝はにんにく麺でガーリックトーストにしたりして食べるのが朝の楽しみの一つです。お子様の強みや一人ひとりが持つ「自分らしさ」を大切に、前向きにお子様の成長について一緒に考えさせていただければと思います。是非、お気軽に声をかけてください。お待ちしております。



小学部4年の竹内佳奈未です。私の朝のルーティンは、白湯を飲む、ストレッチ、と言いたいところですが、現実には「二度寝」です。朝は本当に苦手。バタバタと過ごしています。朝スッキリ起きられる良い方法があったらぜひ教えてください…。1年間よろしくお願いいたします。



中学部3年の担任をしている犬塚です。私の毎朝のルーティンは、「身体を動かすこと」です。起きたらすぐに、走りに行ったり海に行ったりしています。いつまでも寝たいと思う朝に、早起きして身体を動かしたことで、自分に勝ったと前向きな気持ちになれます。

1年間よろしくお願いいたします。



こんにちは。高等部3年の米倉鈴加です。私の毎朝のルーティンは朝ヨガです。家族が寝静まっている間にリラックスできるお香を焚きながら体の隅々まで呼吸を届ける。最高の一人時間です。安心して通える学校を。

1年間よろしくお願いいたします。



自立活動教諭（心理職）の谷下です。私の朝のルーティンは「娘の二重あごをたっぷり触る(^ ^)」。「乗物は左足から降りる」です。出発が家族で一番早いので、時にはまだ寝ていても、スキンシップで癒されてから出発。左足降りは安全祈願です。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



今年度の相談支援班のメンバーを紹介します。自己紹介のテーマは、「朝のルーティン」です。お子さんも新年度、毎朝ドキドキしながら朝の支度をしていることと思います。毎朝、同じ朝食を食べる、朝起きて家族のみんなに挨拶をするなどお子さんたちも毎朝のルーティンで気持ちを整えているのではないのでしょうか…

先生たちのルーティンも気になりますね… (^ω^)

また、今年度は、小学部：竹内、中学部：犬塚、高等部：米倉が各学部の相談窓口となっております。お子さんの家庭生活や学校生活について、困っていることや疑問に思っていることなどを相談することができますので、何かございましたらご連絡ください。



