

カウンセラーズ・オフィスともは

あなたらしい生き生きとした

人生を歩むため

行く道に明かりを灯す

お手伝いをいたします。

カウンセリングの知恵と経験を活かし

ときに友／朋として

とも／共に

こころの旅を

そっと支える働き手として

「とも」のカウンセラーを

ご活用ください。



一般社団法人
カウンセラーズ・オフィス とも

東京事務所

〒180-0013 東京都武蔵野市西久保1-5-6-201
(JR中央/総武線、地下鉄東西線「三鷹」駅北口徒歩5分)

埼玉事務所

(ミーティングルーム)

〒359-0025 埼玉県所沢市上安松20-99

(西武池袋線「秋津」駅北口徒歩4分)
(JR武蔵野線「新秋津」駅徒歩10分)

電話 080-1143-6150

FAX 042-657-8484

メールアドレス counselors.tomo@gmail.com

ホームページ <http://counselors-tomo.com>



一般社団法人
カウンセラーズ・オフィス とも





一般社団法人 カウンセラーズ・オフィス ともとは

「とも」は、1人ひとりのところとからだのヘルスケア（健康づくり）、ウェルビーイング（幸福）のために

- 相談事業（心理カウンセリング、アセスメント等）
- 教育支援事業（講座やセミナー・ワークショップの提供、講師派遣）
- 情報提供・ネットワーク支援等を展開し、あらゆる人々の人権が尊重される男女共同参画社会（Gender-equal society）の実現をめざします。

*個人カウンセリング（対面・オンライン）に応じます（女性専用）。

*グループ・講座等の企画、運営をおこないます。

*自治体・団体等の相談事業のカウンセラーを派遣します。

*講座、教育研修等の企画相談及び講師派遣をいたします。

お問合せ

counselors.tomo@gmail.com



とも所属カウンセラーは

経験のある公認心理師、臨床心理士、精神保健福祉士、認定フェミニストカウンセラー、認定フェミニストカウンセリング・アドヴォケイター、グリーフケアラー、ヨーガトレーナー、スクールカウンセラー、認定心理劇ディレクター、アニマルセラピストなどによる心の相談、心身のトラウマケアや講座・教育研修等を提供します。

とも活動

- ◆ 首都圏各自治体の女性／男性相談（カウンセリング）、心の相談、DV相談
- ◆ 学校等での教育相談・人権ハラスメント相談、大学・団体等の講座
- ◆ 自治体職員及び管理者、支援者向け研修

DV・ハラスメント研修
アサーティブコミュニケーション
メンタルヘルス講座等

- ◆ 男女共同参画センター・公民館等での市民向け講座

ジェンダー、人権理解、労働教育
AT（アサーティブ・トレーニング）
DV（学生・保護者向けデートDV含む）
各種ハラスメント等

ヨーガ、心身のストレスケア、自律訓練法
自己表現（コラージュ等）
ライフキャリア支援 ほか

- ◆ グループワーク／ワークショップ

CR（語り合いのワーク）
グリーフワーク（大切な存在を喪失した方向け）、サイコドラマ、演劇ワークショップ

- ◆ 個人カウンセリング、EMDR ほか



一般社団法人 カウンセラーズ・オフィス とも

非営利かつ社会に貢献できる
心理カウンセラー団体として
活動しております。

特定非営利活動法人日本フェ
ミニストカウンセリング学会の
賛助／登録団体です。

代表理事 花 崎 晶

代表理事 福田由紀子

（2026年7月現在）