

カドニシ教育相談だより (7月号)



！学期おつかれさまでした！

長かった！学期が終わり、いよいよ夏休みが始まります。テストや学校生活、本当にお疲れさまでした。まずは、ここまで頑張った自分を褒めてあげてください。そして、この夏休みは心も体もゆっくり休ませる時間にしてください。

夏休みは、普段はなかなかできない経験ができる貴重な時間です。友人や家族と出かけたり、新しいことに挑戦したり、趣味に没頭したり、何もしない日をつくってのんびり過ごしたり…。どんな時間も、みなさんにとって大切な経験になります。「休むこと」も、次の一歩を踏み出すためには必要な時間です。

その一方で、長い休みになると生活リズムが崩れたり、友人関係や進路、家族とのことなどで不安や悩みを感じる人もいます。また、SNSでのトラブルや熱中症、水の事故、交通事故など、夏ならではの危険も少なくありません。「自分は大丈夫」と思わず、自分の心と体、そして命を大切にする行動を心掛けてください。

もし、心が疲れたり、誰かに話を聞いてほしいと思ったときは、一人で抱え込まなくて大丈夫です。学校は、勉強をする場所であると同時に、みなさんが安心して過ごせる居場所でもあります。夏休み中でも、困ったことがあれば遠慮せず学校や先生を頼ってください。

夏休みが終わったとき、「少し成長できたな」「少し元気になれたな」と思える時間になっていることを願っています。2学期、元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。

8月・9月のスクールカウンセラー、はすねカフェの予定



☆スクールカウンセラー（西澤先生）

・ 8月26日（水） ・ 9月9日（水） ・ 9月30日（火）

☆はすねカフェ（全日程終礼後～）

・ 7月17日（金）※本日！
・ 8月28日（金）
・ 9月11日（金）
・ 9月18日（金） ・ 9月25日（金）



はすっばくん
しっかりもののサポート役

保護者の方からのご相談も受け付けています。お子様のことで何かご相談があれば、担任までご連絡をお願いいたします。担任から、教育相談担当やSC・SSWと連携いたします。

※万が一、事件や事故にあった場合は、すぐに学校（06-6909-0318）まで連絡を！

☆学校外にも、以下の相談窓口があります。

↑ 平日 8:30～17:00

すこやか教育相談

きょう いく そう だん
大阪府教育センターのすこやか教育相談では、
このころの悩みの相談を受け付けています。



電話相談

06-6607-7361

月曜日～金曜日 9:30～17:30

LINE相談

日曜日～木曜日
19:00～22:00



メール相談

sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp

24時間窓口設置（回答は後日）



「1分でわかる」
動画シリーズ公開中！



学校に掲示しているポスターや配付しているカードから友だち登録してください。

●『すこやか教育相談 24』

電話：0120-0-78310（無料）24 時間対応の電話相談窓口です。

●『子ども家庭相談室』被害者救済システム

子ども専用無料電話（フリーアクセス）：0120-928-704

保護者等（通話料がかかります）：06-4394-8754

月・火・木曜日 10:00～20:00（祝日・休日・年末年始は休みです）

大阪府教育委員会が運営する、権利擁護機関の相談窓口です。

●『チャイルドライン』チャイルドライン支援センター

電話：0120-99-7777（無料）

毎日 16:00～21:00（12月29日から1月3日は休みです）

●『わかばちダイヤル』大阪府こころの健康総合センター

電話：06-6607-8814

水曜日 9:30～17:00（祝日・年末年始は休みです）

大阪府（大阪市・堺市をのぞく）にお住まいの40歳未満の方

●『ネットハーモニー』大阪府インターネット誹謗中傷・トラブル相談窓口

電話相談：06-6760-4013

メール相談：下記 URL からアクセスしてください。

<https://net-harmony.pref.osaka.lg.jp/soudan/soudan-mail/>

FAX 相談：06-6760-4014

LINE 相談：右記の二次元コードから友だち登録してください。

毎週 月・火・水・木・金・土曜日 16:00～22:00

第2日曜日 13:00～18:00



●『ウィズユーおおさか』大阪府性犯罪・性暴力被害者のための

ワンストップ支援センター

電話相談：06-7494-3683 または #8891（全国共通フリーダイヤル）

24 時間対応の電話相談窓口です。

