

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！

いよいよ待ちに待った夏休みです！

期末テストも終わり、成績が返ってきたこの時期は、一学期のふり返りと、ちょっとひと息つくタイミング。そして、長い夏休みをどう過ごすかを考える大切な時期でもあります。

夏休みは、普段できないことにチャレンジしたり、リフレッシュしたりするチャンス。でもその一方で、生活リズムが乱れたり、人と会う機会が減って、気持ちが不安定になることもあります。楽しい夏にするためにも、からだところの「ちょうどいいバランス」を大事にしてほしいと思います。

そして、どのような夏休みの過ごし方であろうが意識してほしいのは、「自分を守る」ということです。

暑さから、ストレスから、イヤなことから、怖いことから…

みなさんを傷つける要因は、意外なほどみなさんのすぐ側にありますので、とにかく「自分のからだ・こころの安全」を第一に考えて、夏休みをみなさんなりに楽しく過ごしてください。

2学期に、元気なみなさんに再会でき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）

・ 9月10日（水）

☆はすねカフェ（全日程終礼後～）

・ 8月22日（金）
・ 8月29日（金）
・ 9月12日（金）
・ 9月26日（金）



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。

☆学校外にも、以下の相談窓口があります。

平日 8:30～17:00

※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！

●『LINE 相談』大阪府教育センター

毎週 日・月・火・水・木曜日 19:00～22:00
右記の二次元コ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。

●『すこやか教育相談』大阪府教育センター

「すこやかホットライン」(子どもからの相談)

電話：06-6607-7361 Eメール：sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp

「さわやかホットライン」(保護者からの相談)

電話：06-6607-7362 Eメール：sawayaka@edu.osaka-c.ed.jp

電話相談：月曜日～金曜日 9:30～17:30 (祝日・年末年始は休みです)

Eメール相談：24 時間窓口設置 (但し回答は後日)

FAX 相談(06-6607-9826)：24 時間窓口設置 (但し回答は後日)

面接相談：学校を通しての予約が必要です。(祝日・年末年始は休みです)

●『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

相談受付は終了時刻の 30 分前までです。※祝日及び年末年始は休みです。

