

相談室だより

No.3



ようやく暑さも一段落し(日中はまだまだ暑いですが)いつの間にか校門をくぐると金木犀の香りがただよってくるようになりました。秋ですね。クラブをして帰る人にとっては、明るかった下校時の風景が一気に薄暗くなりましたね。いつも秋は急にやってきて、あっという間に冬になる気がします。

さて、みなさん、長くなった夜の時間を楽しむ余裕はありますか？今年は何をしようかな？予習に復習に授業の発表準備にクラブ・・・と日々の忙しさに追われている人も多いと思いますが、秋の夜長を楽しむ余裕をもってほしいなあと思います。ぜひ30分だけでも、自分だけの時間をとってみましょう。

ただ、時間があると悩みだすのも事実。そこで、先日新聞で見かけた記事を紹介しようと思います。

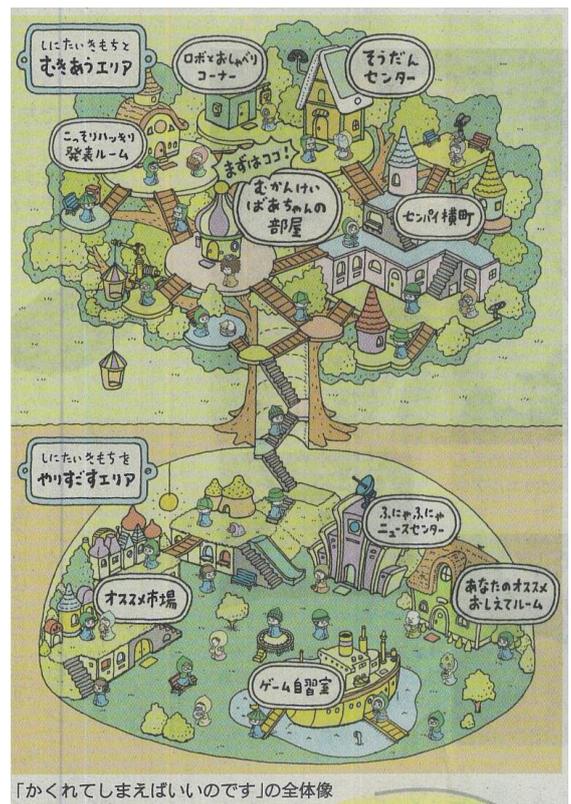
ウェブサイト「かくれてしまえばいいのです」

<http://kakurega.lifelink.ar.jp/>

なんとなく学校に行きたくない、生きるのがしんどい。そのような思いをかかえる子どもや若い人たちのため、ウェブサイト上に「かくれてしまえばいいのです」という仮想空間があります。ここでは、つらい気持ちをかかえながらも、安心して過ごせる「居場所」をめざしているそうです。運営するのはNPO法人「自殺対策支援センター ライフリンク」。かくれがという考えからイラスト、内容までヨシタケさんとともに作られたそうです。

みなさんも一冊ぐらいいは読んだことがあると思うヨシタケシンスケさん。私も大好きな絵本作家さんです。このヨシタケシンスケさんが描かれたキャラクターがやさしく出迎えてくれます。

04年にできたNPO法人 ライフリンクは、SNS相談「生きづらびっと」や電話相談「#いのちSOS」などで悩みを受け付けておられますが、相談窓口がパンク状態。そもそも相談したくないという子どもたちもいる、とのことで作られた「かくれてしまえばいいのです」もしよければのぞいてみてください。



「かくれてしまえばいいのです」の全体像



スクールカウンセラーへの予約の仕方

カウンセリングには**予約が必要**となります。事前に相談系の先生や担任の先生にカウンセリングを受けたい旨、申し出てください。ただし、希望日時に相談が調整できるとはかぎりません。決定した予約日時を相談係から連絡をします。

原則は予約制ですが、直前でも相談系の先生に申し出て、空きがあれば相談できることもあります。急に相談したくなった、話を聞いてほしくなった、というときでも問い合わせてください。

*今年度の相談系の先生

北川先生(数:職員室)、堀田先生(英:職員室)、吉田ま先生(国:職員室)、松永美先生(理:化学準備室)



2024年(令和6年)11月,12月の相談室開室予定日

日にち	曜日	時間	先生
11月14日	木	13:00 ~ 17:00	スクールカウンセラー 中村 仁美先生
12月5日	木	13:00 ~ 17:00	
12月12日	木	13:00 ~ 17:00	

教育相談室とは？

三国丘高校では教育相談室があります。月に1~2回、公認心理士の資格を持つスクールカウンセラーに来ていただいています。

また、各学年に相談系の先生もいます。

悩みや不安を胸にためないで、気軽に相談してください。

相談室は西館一階国際交流センター(視聴覚室)横です。

生徒のみなさんだけでなく、保護者の方もご利用いただけます。



大阪府教育センターのすこやか教育相談に関する電話番号・Eメールを紹介しておきます。

●電話相談は、月曜日~金曜日 9:30~17:30 Eメールは24時間窓口設置 となっています。

すこやかホットライン	子ども専用
TEL 06-6607-7361	sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp
さわやかホットライン	保護者専用
TEL 06-6607-7362	sawayaka@edu.osaka-c.ed.jp

●大阪府の教育センターの相談室でも面接相談が可能です。詳しくは、担任の先生にお声がけください。

●LINE 相談も始まります。(子ども専用)

職員室までの廊下の掲示板上に掲示ポスター及び案内カードを置いてあります。