



相談室だより

R3. 4. 30 No. 2
氷見市立西條中学校
教育相談係

新学期が始まって1か月近く経過し、学校生活にもようやく慣れてきた頃かと思えます。5連休を間近に控えて、ワクワクしている人もたくさんいるのではないのでしょうか。

しかし、今年のゴールデンウィークも去年と同様に新型コロナウイルスの感染拡大の予防のため外出する予定をキャンセルしたという方も多いように思います。せっかくの休日を満喫できず、不安になったり、イライラしたり、穏やかな気持ちでいることが難しいかもしれません。また、「5月病」という言葉を聞いたことはありませんか。なんとなく体調が優れない、やる気が起きない…そんな状態になってしまうこともあるかもしれません。



そんな状態になってしまったとき、意外に忘れてしまいがちなのが、「周りの人の力を借りて困難を乗り越える。」という考え方です。すべてのことを自分の力だけで解決することができる人はいません。両親、兄弟姉妹、親戚、友人、先生、地域の方々、たくさんの人たちに支えられてみなさんは生活しています。困ったときや助けが必要なとき、周りの人はきっと力を貸してくれるはずです。それなのに、周りの人に相談せずに、問題を自分で抱え込んでしまうケースは非常に多いのです。

西條中学校の生徒のみなさんはもちろんですが、そのご家族の方々にも、相談できる相手はとても貴重な存在です。学校では、教育相談を中心として、様々な内容の相談を受け入れる体制が整っています。困ったときや話したいときには、いつでも気軽に声をかけてください。

学校での相談について、お知らせを再度掲載します。

学校内で相談を希望するときは



○生徒の皆さんは

- ・担当の松村は、職員室か3階相談室にいます。
 - ・相談の予約もできます。:「相談箱」(2階職員室前)に用紙を入れる。
- ☆困ったときや話をしたいときは、いつでも気軽に声をかけてください。

○保護者の皆様は

- ・電話またはメールで以下の連絡先にご連絡ください。(スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーに相談したい方もまずは松村に連絡をください。)
- ・学校生活、学習、行動、進路、交友関係、家庭生活、発達、家族関係等、話を伺い、解決方法を一緒に考えます。どうぞお気軽にご連絡ください。
- ・学校で面談するほか、ご家庭へ伺うことも可能です。



西條中学校 (担当: 松村)
電話: 91-1315
メール: saijo.soudan@tym.ed.jp

※ 学校外の機関でも相談することができます。その際は、裏面の案内をご覧ください。

【別紙2】

〔児童生徒向け〕

困ったときの相談窓口（県内の主な相談機関）

○ いじめ・不登校・進路、心の不安など

・富山県総合教育センター 教育相談部
教育相談専用 076 (444) 6167

24時間いじめ相談電話 076 (444) 6320
(E-mailは受付のみ) future@tym.ed.jp

セクハラ相談 076 (444) 6133
(E-mailは受付のみ) sh@tym.ed.jp

・24時間子供SOSダイヤル なやみいおう 0120 (0) 78310

・東部教育事務所相談電話 076 (441) 3882

・西部教育事務所相談電話 0766 (26) 7830

・子どもほっとライン（子ども専用）（富山県教委） 076 (443) 0001
(E-mail) kodomohl@tam.ne.jp

・こころの電話（富山県心の健康センター） 076 (428) 0606

・子ども・若者総合相談センター（富山県厚生部） 076 (411) 9003

・厚生労働省
こころの健康相談統一ダイヤル 0570 (064) 556
よりそいホットライン(24時間) 0120 (279) 338

○ ケータイ・ネットトラブルなど

・富山県警察サイバー犯罪対策課(富山県警察本部) (代) 076 (441) 2211

○ 犯罪被害など警察への相談など

・少年サポートセンター（富山県警本部） (代) 076 (441) 2211

・少年サポートセンター東部分室（県東部） 076 (432) 7867

・少年サポートセンター西部分室（県西部） 0766 (21) 7867

・ヤングテレホンコーナー（富山県警察） 0120 (873) 415

・富山県警察「相談110番」 076 (442) 0110

※所轄の警察署生活安全課 各署局番-0110

○ 商品やサービスの消費者トラブルなど

・富山県消費生活センター（相談専用） 076 (432) 9233

・消費者ホットライン 188 (いやや!)

○ 家庭内での暴力(児童虐待)など

・児童相談所全国共通ダイヤル 189 (いちはやく)

○ 家族、人間関係、女性の悩み、性被害など

・サンフォルテ相談室（県民共生センター内） 076 (432) 6611

・富山県女性相談センター 076 (465) 6722

・女性被害110番（富山県警） 0120 (728) 730

・ストーカー相談電話（富山県警） 0120 (131) 104

・性暴力被害ワンストップ支援センターとやま 076 (471) 7879

○ 人権やいじめなど

・子どもの人権110番（全国共通ナビダイヤル） 0120 (007) 110

・女性の人権ホットライン（法務省） 0570-070-810