



スクールカウンセラーだより



みなさん、こんにちは。

7月8日には1年生、14日には2、3年生が心の授業を行いました。場面を想像して自分だったらどうするか考えてもらったり、実際にロールプレイをしてもらったりした学年もありました。みなさんが真剣に考え、取り組んでくれている姿を見てうれしかったです。ご協力ありがとうございました。

誰だって心が辛くなる時があります。そして、自分の力だけではどうしたらいいか分からない、なかなか解決できないという時もあります。そんな時は一人で抱え込まず、ぜひ信頼できる人に相談してください。助けを求めることは決して恥ずかしいことではありません。

また、授業の中で、『友だちの様子が気になったら信頼できる大人に伝えよう』ということをお伝えしました。そのことについて感想に、『緊急な場合は大人に相談することが大切だということは分かったけど、緊急なのかどうかの判断が難しい…』と書いてくれた人がいました。こんな風にみなさんの中には、「こんな時はどうしたらいいの?」「このくらいで話してもいいのかな…」と迷ってしまう人もいるかもしれません。そんな時は、大人に相談したことが、取り越し苦労になってかまいません。友だちの様子が少しでも心配になったらすぐ大人に教えて下さい。みなさんの中には『まずは友だちの名前は出さずに「こんな様子の子がいて心配している」と大人に相談してみる』と書いてくれている人もいました。いいアイデアですね。こんな風に色んな工夫が出来るといいなと思います。スクールカウンセラーも学校にいますので、ぜひ気軽に相談してくださいね。

今回の授業で学んだ内容が、みなさんのこれからの生活に少しでも役に立つことを願っています。

さて、夏休みが始まりましたね。みなさんは、どんな風に過ごす予定でしょうか?もしかしたら夏休み中に、心がモヤモヤでいっぱいになって誰かに相談したいけど身近に話せる人がいないという時もあるかもしれません。授業の中でも紹介しましたが、岐阜県には、みなさんが相談できる電話相談窓口があります。ぜひ活用してくださいね。夏休み明け、元気なみなさんと会えることを楽しみにしています。

☆子どもSOS24 0120-0-78310

(夜間・休日・祝日を含めた24時間体制、無料、携帯電話からでもつながります)

☆教育相談ほほえみダイヤル 0120-745-070

(月～金8:30～17:15、無料、携帯電話からはつながりません、祝日・年末年始は除きます)

☆岐阜県教育委員会 学校安全課 教育相談係 058-271-3328

(月～金8:30～17:15、祝日・年末年始は除きます)

