

夏休みも、かけがえのないあなたの心が元気でいられるように…

うれしい! 楽しい! 幸せ! ⇔ 悲しい… つらい… 困った…

みなさんの心は、いろいろな思いを感じます。それは、生きているあかしです。

夏休み、楽しいことがあったり、ゆっくりできたりして、うれしい! 楽しい! 幸せ! と感じることは多いかもしれません。

しかし、悲しい… つらい… 困った… 思いが大きくなることもあるかもしれません。

そんなときは、だれか大人に相談してみませんか。人に話すことで心が軽くなるかもしれません。

島中学校の

★ お家の方に相談

★ 学校の先生に相談

・電話で ・直接会って



★ 「きいてほしい」

7/25, 8/22, 8/26
7:30 ~ 14:00

★ 24時間対応

子ども専用

子どもホットダイヤル
0120-43-1474

子どもホットメール
gifu43izime-nashi@soleil.ocn.ne.jp

岐阜市子ども・若者総合支援センター「エールぎふ」
岐阜市明徳町11番地 (旧明徳小学校)

直接話せるときは、

ぜひ顔を見て話してみよう。

夏休みの3日間は
ココタンタイムだよ!
みんな入力しよう!



7/25, 8/22, 8/26は、自分の心を見つめる時間として、「ココタン」に取り組みます。7/25, 8/22, 8/26に「いまのたいちょうは? いま

のきぶんは?」を入力しましょう。(都合の悪い人は、先生に伝えましょう。)先生に相談したいことがある人は、この日時に「きいてほし

い」ボタンを押すこともできます。それ以外の時間に相談したいことがある人は、上の「子どもホットダイヤル」に電話してください。