

・・・ひとりで悩んではいませんか？・・・

普段とはだいぶ異なる不自由な日々が続く中、皆さんが毎日どのような気持ちで過ごしているのか、とても気になっています。
相談室では、皆さんが少しでもホッとできる機会を作れたらと思い、日程は限られますが電話相談の窓口を設置しました。

心のモヤモヤ、話してみませんか？

☆心の相談窓口：電話相談のお知らせ☆

4/24（金）、5/1（金） 11:30～14:30

- *相談をしたい人は上記の都合のいい日時に、学校代表番号に電話をかけ、相談室または保健室につないでもらってください。
事前の予約は必要ありませんので、その日の気分を考えてみてでもいいかも。
(上記日時は学校代表番号につながります。)
- *事前に予約を入れたい人は担任の先生または学校メールに相談希望日時をお知らせください。相談日時が決まり次第連絡します。
多少時間がかかる場合もありますが、ご了承ください。
- *生徒の皆さんはもちろん、保護者の方もご利用いただければと思います。

・・・上記の日時以外で相談したくなったら・・・

- ①「24時間 子供SOSダイヤル」 TEL 0120-0-78310 (なやみ言(い)おう)
(24時間受付)
- ②「こころといのちのほっとライン」 TEL 0570-087478
(年中無休 14:00-翌朝5:30)
- ③LINEの公式アカウントから下記アカウント名を検索して「友だち登録」
「相談ほっとLINE@東京」 (年中無休 17:00-21:30)
「子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京」 (平日 9:00-23:00、
土日祝日 9:00-17:00)

新型コロナウイルスに負けなためにも、
子供も大人もセルフケアを大切に！

