



# 教育相談だより

令和5年7月21日発行 <第1号>






## 体もココロも暑さに負けていませんか？

1学期はどうだったでしょうか。毎日、課題や部活に追われ慌ただしく過ぎていった人も多かったでしょう。いろいろな人間関係に悩んだりすることもあったかもしれません。誰にでも心が疲れてしまうことはあります。全く悩みのない人の方が実は少なく、いつも楽しそうなあの子が重い悩みを抱えていたりします。自分だけとは思わずに悩んだときは相談して下さい。話すだけでも悩みは軽くなります。

いよいよ夏休み！でも、夏休み中にも課題がたくさん出ていますね。さっさとやってしまうのが正解です。夏休み明けには実力テストがありますので最後は課題をやる暇がないかもしれません。勉強も大切ですが休み中は普段、時間がなくてできないことをぜひやって下さい。気分転換をしっかりと、高校生活の楽しい思い出をたくさん作っておきましょう。夏休み明け、一回り大きくなった元気な姿のみんなに再会できることを楽しみにしています。

### ★「友達と会うのが気まずい…」「誰にも知られたくない…」という悩みがある人は、こんな相談方法もあります★

<p><b>令和5年度ぐんま高校生オンライン相談</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <u>7/1(土)～3/24(日)の毎週日曜日(12/31(日)は除く)</u> <u>7/17(月)、9/18(月)、10/9(月)、2/12(月)の4日間</u> 【相談受付時間：18～21時】 (7/1(土)～7/9(日)、8/24(木)～9/3(日)、1/5(金)～1/14(日)の期間は毎日相談可)</li> <li>○ 相談するためには、二次元コードをLINEアプリから読み込み、「友だち登録」を行ってください。詳細は、配布した周知カードを御覧ください。</li> </ul>	 <p>「友だち登録」 二次元コード</p>	 <p>R5周知カード</p>
<p><b>インターネット上の誹謗中傷相談窓口</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 対象：SNS等のインターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害等で悩んでいる人</li> <li>○ メール相談、相談フォーム、電話相談のいずれかにより受付（相談無料） <ul style="list-style-type: none"> <li>・メール相談 netsoudan@step-gunma.org (24時間受付)</li> <li>・相談フォーム 右の二次元コードをスマートフォン等で読み込む (24時間受付)</li> <li>・電話相談 027-212-0091 (受付 月～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:00)</li> </ul> </li> </ul> <p>※ 相談時間について、月～金曜日 9:00～17:00 (正午～13:00は除く) 土日、祝日及び年末年始(12/29～1/3)は除く</p>		<p>相談フォーム (24時間受付)</p>

スクールカウンセラーとの面談を希望するときは、教育相談係または担任の先生に申込み用紙を提出するか、直接面談希望の旨を伝えてください。年間を通していつでも受け付けています。いつでもどうぞ◎  
※場合によってはオンラインでの面談になることもあります。

キリトリ

### スクールカウンセリング希望用紙

希望日： 月 日(木) 希望時間：( 昼休み ・ 放課後 ・ それ以外 )

相談内容：( 友達のこと ・ 部活のこと ・ 家族のこと ・ 勉強や進路のこと ・ それ以外 )

相談希望者： 年 組 番 氏名