



教育相談だより 第3号

令和5(2023)年5月29日 発行
岩手県立盛岡第三高等学校 保健相談課

もうすぐ6月です。衣替えが近づいてきましたね。本校では5月15日から6月15日を「衣替え移行期間」としています。天候や体調に合わせて服装(夏用制服・冬用制服)を選択することができますので、うまく体温調節をして季節の変わり目を乗り切りましょうね。

さて、第3号は不安や悩みの相談窓口特集です。新設の相談システムや、外部の相談窓口、スクールカウンセリングといった、複数の相談方法をまとめました。一人で抱え込まず、つらい気持ちは吐き出してください。



端末を用いた相談窓口「こころの相談室」を開設します

生徒の皆さんが不安や悩みを抱えたとき、一人一台端末等を用いて Microsoft Forms のアンケート機能を利用し、希望する相談相手とつながることができる相談窓口「こころの相談室」を開設します。

1 利用時期

いつでも利用できます。

2 利用方法

利用できるのは生徒のみです。

<方法1>

本校 Microsoft Teams 投稿欄に掲載された「こころの相談室」のリンクから Forms にアクセスする。

<方法2>

スマートフォンやタブレット等で下の QR コードをスキャンしてアクセスする。



3 相談後の対応

副校長先生だけが相談内容等を確認し、プライバシーを守ったうえで希望する相談相手につなげます。

なお、これは相談窓口ですので、即座に返答したり相談を開始したりすることはできません。



外部の相談窓口

つらい時は、一人で悩まずに助けを求めてください。
誰かに相談されたことが大きすぎて大変な時も、助けを求めてください。
次の相談窓口も利用できます。

相談内容	相談窓口	連絡先	受付日時
いじめなど	24 時間子供 SOS ダイアル	0120-0-78310	毎日 24時間
18 歳までの 子供からの 相談	チャイルドライン	0120-99-7777	毎日 16:00~21:00
	チャイルドライン (チャット)	https://childline.or.jp (「チャットする」から入る)	木~土曜、第1・第3水曜 16:00~21:00
悩み全般	盛岡いのちの電話	019-654-7575	月~土曜 12:00~21:00 日曜 12:00~18:00
	いのちの電話 インターネット相談	https://www.inochinodenwa-net.jp/ (所定のフォームに入力)	
学校生活	ふれあい電話	0198-27-2331	月~金曜 9:00~17:00



6月のカウンセリング

6月21日(水) 13:30~15:30 鈴木先生

6月23日(金) 14:30~16:30 菅原先生

6月29日(木) 10:00~16:45 佐々木先生

面談を希望する場合は、担任の先生か教育相談担当の先生(蒲谷・後藤・小野寺)に申し込んでください。