

教育相談のご案内

臨時休校が始まってから早くも2週間以上がたちました。学校に登校して学習やクラブ活動を思いきりしたいという気持ちと外になかなか出ることができずに心と体がモヤモヤ&イライラの状態が葛藤して、なんとなく落ち着かない日を過ごしていることと思います。そんな時は、お家の人といっばいお話をしましょう。それでも不安やストレスが解消されないときは、学校に連絡して、先生やスクールカウンセラーに相談してください。また、以下の関係機関に相談してください。

○明石市教育委員会 青少年育成センター

(TEL 078-918-5450)

- ・教育相談員：月～金曜日 9：00～19：00
- ・臨床心理士：月～金曜日 ※要予約
- ・精神科医：毎月第3水曜日 14：00～17：00

○24時間子供SOSダイヤル

(TEL 0120-078310)

○ひょうごっ子悩み相談センター

(TEL 0120-783-111)

- ・相談・予約受付：月～金曜日 9：00～17：00

○ひょうごっ子SNS悩み相談窓口 ※QRコード登録

- ・LINEによる双方向相談：12：00～21：00
- ・LINEによる一方方向相談：24時間