# 南陵高校・教育相談だより

令和6年1月16日(火) No.7 文責:小池

## スクールカウンセラーが来校します。

## 今年度最後です!!

インフルエンザ等の流行のため、12月15日の来校日を延期しました。

### 1 来校日時

<6回目> |月|9日(金)|3:00~|7:00

## 2 面談場所

南陵高校 教育相談室(2階)

## 3 利用方法

- **| 回につき30分~50分程度利用可能**です。 当日の希望者の数によって、こちらで時間を調整します。
- ●原則、予約制とします。 空き時間がある場合は、当日申し込みで面談を受けることも可能です。
- ●生徒が授業時間中に面談を受ける場合は「公欠」扱いとします。
- ●保護者の方の利用についても、**原則来校して面談**となります。 ただし、お仕事等で来校が難しい場合は電話対応も可能ですので、ご相談ください。

## 4 申し込み

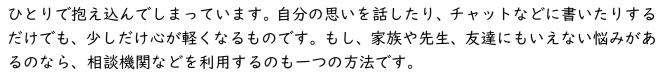
- ●担任の先生または保健室(小池)に直接申し込み または右のQRコードからフォームで申し込み
- ●申し込み期日は、 | 月 | 8日(木) | 5:30 まで 忘れた場合は、保健室・小池までご相談ください。



## あなたの悩み、相談できていますか?

「相談しても意味がない」・・・と思っていませんか。

深刻な悩みを抱えている人ほど、相談ができておらず、



今回は北海道や札幌市など身近な相談機関を紹介します。(保健室に資料もあります。) 各相談機関のホームページからは、LINE 相談などをすることができますよ。

<どこに相談したらわからないときに>

#### ①子ども相談支援センター

電話:0|20-3882-56 ※通話無料、毎日24時間対応

メール:doken-sodan@hokkado-c.ed.jp ※返信に数日かかることあり

#### ②札幌市若者支援総合センター(Youth+センター、サポステ)|

電話:0||-223-442|

※月~土(祝・祭日を除く)

メール:<u>sapporo-saposute@syaa.jp</u> ※電話と同じ、他に LINE 相談あり

<妊娠に関する悩みや相談があるときに>

#### ③にんしん SOS ほっかいどう

電話:080-4621-7722

※平日 17 時~23 時、土日祝 9 時~23 時

メール: ninshin-sos@muginoko.com

※他に 24 時間受付の LINE 相談あり

<性暴力に合ってしまって誰にも言えないときに>

#### ④性暴力被害者支援センター北海道(SACRACH/さくらこ)|

メール:ホームページから直接入力

※携带通話無料、平日 10 時~20 時

※他に LINE や夜間休日相談もあり

<家事や介護、育児の手伝いがつらいときに>

#### ⑤北海道ヤングケアラーサポートセンター(ヤンサポ)

電話:0|20-5|6-086 ※通話無料、平日8:45~17:30

メール:hokkaido.young.carer2022@gmail.com ※毎日・24 時間



電話:#8891

心や命の危機を感じたら、 迷わず誰かに頼ること

虐待を受けたら 児童相談所

電話: 189

(全国共通ダイヤル)

死にたい気持ちが 頭を離れない時には いのちの電話

電話:0570-783-556 (HP にメール相談もあり)