

電話相談を通じたスクールカウンセラーの利用と各種情報提供

スクールカウンセラー 田中 寿夫

新型コロナウイルス感染予防に際して、保護者の皆さまにおかれましては、これまで、お子様、ご家族、そしてご自身の健康管理にご尽力なされてきたことと存じます。長期間に渡り、心身ともお疲れが蓄積される中、感染予防への取り組みを継続されてこられたのも、お子様を思うお気持ち、ご家族を思うお気持ちがあつてこそだと拝察いたします。

新学期が始まり、新型コロナウイルス感染予防として、子どもたちの安全を守るために、分散登校となったことへのご理解を賜りつつも、変則的な学校の開始状況等に対して、ご不安など様々な思いを抱かれることもあるかと存じます。蓄積される心身の疲弊、新学期が始まったという環境変化、そして、このような変則的な登校状況も加われば、一層のしんどさを抱かれることがあつても、それは心の自然な反応であると考えます。

もし上記のようなご不安やしんどさが生じられている場合、スクールカウンセラーと話をしてみることで、気持ちがすっきりしたり、今後の方針が見えてくるとということもあるかと存じます。対面相談に加えて、電話形式でのご相談もお受けしております。相談をご希望される方は、下記のお手続きをご参照していただければ幸いです。

○スクールカウンセラーへの電話相談

対象：昭和学校小学校に在籍する保護者（もちろん児童も可）

※ご相談内容は、新型コロナウイルス関連の話題だけでなく、ご家族のこと、お子様への関わり方など、どのような話題でもお聞かせください。相談に伴う守秘につきましては、相談者さまのご意向を大事にさせていただきます。

相談の日時：毎週火曜日、金曜日 10：00 - 16：00 （本年度終了まで）

※多くの方からご相談がある場合を考え、電話相談は 1 回 30 分とさせていただきます。

相談の仕方：

①お手数ですが、まずは電話にてご予約ください。Tel：047-300-5844

例、「スクールカウンセラーの田中と相談の予約をとりたいのですが」

不在の場合は、当日中か遅くても 1 週間以内に折り返しお電話させていただきます。

※お電話いただいた時間に予約が入っていなければ、そのままご相談いただけます。

※折り返しが必要な場合は、ご利用を希望される電話番号（自宅・携帯番号）をお知らせください。ご自宅にお電話させていただく場合、「留守番電話の利用をご希望されない」ことや、着信時に「スクールカウンセラーと名乗らない方がよい」などのご希望がありましたら、どうぞお伝えください。

②日程の予約が決まり次第、そのお時間にご連絡ください。

電話は相談室で取り、やりとりが外に漏れ聞こえないように配慮します。

※なお、対面相談をご希望の場合でも、上記の電話番号までご連絡ください。担任を通じての申し込みも承っております。対面相談では、十分な換気、パーティションなどを利用し、感染予防に配慮して実施させていただきます。

○情報提供（2021 年度版）

ご相談したい内容や日時によってはスクールカウンセラーの利用が難しい場合もあると存じます。ご自身が安心して相談できる場所があることが、何よりも大事だと考えております。そのため、ご相談先の選択肢が多いほうがよいと考え、いくつかの相談機関に関する情報提供をさせていただきます。各機関のホームページを検索いただき、ご自身のお話に合った場所を選択していただけたら幸いです。

- ・ **新型コロナウイルスに関する心の健康相談：「精神保健福祉センター」** など
各自治体相談窓口一覧 (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_12255.html)
※各自治体の相談方法や状況など、ホームページ等でご確認ください。



- ・ **新型コロナウイルス感染症対策（こころのケア）**
こころの耳 (https://kokoro.mhlw.go.jp/etc/coronavirus_info/)
※「こころの耳（厚生労働省）」というサイトも、メンタルヘルスケア維持のために役立つ情報などがたくさん記載されています。
※このサイトにて「SNS 心の相談」のリンクも記載されています。



- ・ **新型コロナこころの相談電話：日本臨床心理士会 & 公認心理師協会**
期日・時間：毎週月～土の 10 時から 13 時
※2021 年 12 月末日まで（祝日も開設しております）。
電話番号：050-3628-5672
※フリーダイヤルではありませんので、通話料にご注意ください。
相談時間は 30 分となっています。

- ・ **ファミリーサポートセンター：（一社）女性労働協会の子育て支援事業**
相談だけでなく、地域の中で育児、介護の援助を受けたい人としていたい人をつなげる組織です。病児・病後児のあずかり活動も行っているようです。
※会員登録や事前打ち合わせなどの手続きが必要です。
※ホームページで、お近くのセンターやご利用状況をお調べください。
なお、ホームページの記載情報のリンクが切れているものもありました。
そのような場合には、「お住いの地名 ファミリーサポートセンター」で
ご検索いただけますと、最新の情報を得られる場合があります。



- ・ **チャイルドライン：18 歳までの子どものための相談先です**
電話番号：0120-99-7777 午後 4 時から午後 9 時
※無料です。
※お子様へも、当相談機関があることをお伝えください。
※電話相談だけでなくチャットによる相談もできます。
チャット可能曜日は限られています。ホームページをご確認ください。

