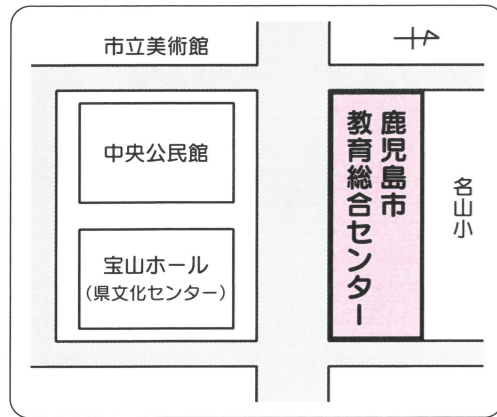


一人で抱えないで！～困ったときは相談しよう～

市教育相談室



学習、進路、不登校、いじめ、子育てなどの教育に関する相談に応じています。

保護者も児童生徒も相談できますよ。



(教育全般)

電話 **099-226-1345**

(いじめ電話相談～心のダイヤル～)

電話 **099-224-1179**



- 月曜日～金曜日 電話相談 9:30～20:00
来所相談 10:00～17:00 (要予約)
- 土曜日 電話・来所相談とも 9:00～12:00



※ 来所相談は、事前に電話で申し込んでください。

フレンドシップ
(適応指導教室)

フレンドシップ(適応指導教室)は、不登校児童生徒などの学校復帰を支援し、社会的自立を図るために、市内5か所に設置されています。

- 長田中学校内 ○ 南中学校内
- 谷山中学校内 ○ 城西中学校内
- 勤労青少年ホーム内

※ 通級に関するお問い合わせは、教育相談室(099-226-1345)まで御連絡ください。

スクールカウンセラー

学校で相談を受けます



児童生徒や保護者からの相談を受けることができます。まずは、学校にお問い合わせください。

スクールソーシャルワーカー

家庭環境等の相談を受けます



学校や自宅で保護者からの相談を受けることができます。まずは、学校にお問い合わせみてください。

24時間対応の相談窓口

(24時間子供SOSダイヤル)

電話 **0120-0-78310** (全国统一フリーダイヤル)

(かごしま教育ホットライン24)

電話 **0120-783-574** (固定電話専用フリーダイヤル)

電話 **099-294-2200**



令和4年度「ニコニコ月間作品コンクール」ポスターの部 皇徳寺中学校 1年 川畑 菜桜

手をつなぐ いっしょにいるよ だいじょうぶ

令和4年度「ニコニコ月間作品コンクール」標語の部 宇宿小学校 5年 田之上 愛優菜

寄り添ってみましょう。
子どもたちの小さな変化に。

※ チェック項目は参考例です。
実情に合わせて、御活用ください。

あれ？様子がおかしいなと感じることはありませんか？

右のチェックは、子どもの変化の一つの目安です。子どもの様子がおかしいと思ったら、活用してみてください。

～気になることがあれば学校に相談しましょう～

（活用法1）子どもの様子を見てみましょう。

子どもの様子を見てみましょう。おかしいなと思ったら、まず、子どもの話を聞いてみましょう。

（活用法2）子どもに確認してみましょう。

子どもと一緒に確認してみましょう。お互いの感じている様子を伝えあってみましょう。



子どもの表情・体調・言動

- 表情が暗くなり、何か考え事をしている。
- 落ち着きがなくなり、おどおどする。
- よくため息をつく。突然、涙を流す。
- 理由をはっきり言わないアザ・傷がある。
- 食欲がなく、元気がない。
- 携帯電話・スマートフォンの着信音をとても気にする。
- 急に無口になったり、「死にたい。」とももらしたりする。
- 学習意欲をなくし、勉強が手につかない。
- 朝になると体調不良を訴え、登校を渋る。
- 「転校したい」等と言い出す。
- 言葉遣いが荒くなり、言うことを聞かない。

子どもの友達関係・持ち物

- 友達と遊ばなくなり、家に閉じこもりがちになる。
- 友達関係が変化している。
- 知らない友達からの電話があり、不自然な外出が増える。
- 買ったおぼえのない物を持っている。
- 与えた以上のお金を持っている。
- 帰宅した時、衣服の汚れや破けがある。
- 教科書やノートに落書きをされたり、破られたりしている。
- お金の使い方が荒くなり、使いみちを言わない。
- 持ち物が頻繁になくなったり、壊されたりする。

いじめ対策必携
(令和3年3月 鹿児島県教育委員会)

不調の原因は様々です。

不調の原因は、いじめ、人間関係、勉強、進路、家庭環境の変化などの悩みだけでなく、病気等の可能性も考えられます。

ご存じですか？「起立性調節障害」

起立性調節障害は、自律神経の不調からくる 身体の病気です。

子どもから大人へと身体が切り替わっていく時期の小学校高学年から中・高生によくみられます。

怠けやサボりではないけれど、
学校に行けないことがあります。



こんな症状ありませんか？

- 立ちくらみやめまいをよく起こす。
- 立ち上がった時に気分が悪くなったり気を失ったりすることがある。
- お風呂の時や、いやなことを見たり聞いたりすると気持ちが悪くなる。
- 動悸（どきどきする）や息切れしやすい。
- 朝なかなか起きられず、午前中ぐあいが悪いときがある。
- 顔色が青白い、顔色が悪いといわれることがある。
- あまり食欲がない、食事の時間になっても食べたいと思わないことがある。
- おなかが痛いときがある。(毎日・ときどき)
- つかれやすい。
- あたまが痛いときがある。(毎日・ときどき)
- 車やバスなどに乗ると気分が悪くなる時がある。

心配な場合は、 医療機関での相談を

起立性調節障害以外にも様々な病気の可能性も考えられます。心配な場合は、医療機関での相談をお勧めします。

左のシートで3つ以上
が当てはまれば起立性調節障害の可能性があると
言われています。



子供の健康相談及び
保健指導の手引き
(令和4年3月
日本学校保健会)

子どもの変化に気付いたら

まずは、「子どもの声」を聞きましょう

学校や相談機関に相談しましょう

活用した「声」を聞かせて

このシートの活用状況について
アンケートにご協力ください。

(令和5年7月31日まで)

