


生徒用リーフレットでは、次のようなことを伝えています

思春期の子どもは、心の危機に陥ったときに、同世代の友人に気持ちを打ち明けることがよくあります。しかし、死にたい気持ちを打ち明けられた子どもも、どのように対応したらよいかわからないことが多いのです。そこで、命の危機とその対応についての知識を伝えています。


話してみようかな。



話ネコ

心が苦しくてたまらない・・・
人生のピンチは誰にでも起こります。
心が弱いわけでも怠けているわけでもありません。
ひとりで悩まず誰かに相談してみませんか？

合言葉は
「きょうしつ」



聴キリン

親・兄・姉
学校の先生
スクールカウンセラー
塾の先生など

☞声をかけてみよう

☞そばにいてあげよう

☞アドバイスはいらない

☞どうしていいかわからないときは

き 気づいて

よ 寄り添い

う 受け止めて

し 信頼できる大人に
つ つけよう

最近元気ないね。
何かあった？

うん、うん。
そうだったの…

つらかったね。
悲しいよね。
話してくれて
ありがとう。

一緒に相談に
いこうよ。

参考：平成 26 年 7 月 文部科学省

保護者のみなさん自身の心のケアも大切です

子どものサインに気づいたときは、より良い解決のために学校もしくは専門機関または医療機関に相談しましょう。

また、子どもの様子を心配するあまり不安になり過ぎたり、家庭や職場で心配事があると一人で対処することが難しく、ストレスとなりがちです。

様々な心の悩みに関する相談は、愛知県精神保健福祉センターまで。

愛知県精神保健福祉センター ☎052-962-5377

(受付時間 平日 9:00～12:00、13:00～16:30)

子ども SOS ほっとライン 24 ☎0120-0-78310

交友関係でのトラブル、いじめ相談など

24 時間通話料無料、保護者も相談可

あいち相談窓口ナビ



大人みんなで協力し、子どもたちを支えましょう

2023 年度 発行 愛知県教育委員会 保健体育課
名古屋市中区三の丸三丁目 1 番 2 号 052-954-6793 (ダイヤルイン)