

スクールカウンセラー便り No.4

みなさん、明けましておめでとうございます。

去年は、コロナの影響による休校など続き、学校再開後も行事など中止になり、世話しなく一年が過ぎて行き、あっという間に年が明けてしまいましたね。そして、新年早々に更なるコロナ感染の影響が関東近辺に留まらず、全国的に蔓延し、緊急事態宣言が発令される事態となっています。



去年の3月に発令された時とは条件の違いがあり、学校が休校になる可能性はなくなりましたが、見通しのない不安、特に3年生は入試を控え、より多くの不安を抱えていることだと思います。

このような時こそ、信頼できる人に積極的に気持ちを吐き出しましょう。

不安をゼロにすることはとても難しいです。不安は一人で抱えていてもつらいだけです。必ず誰かに相談して下さい！！

1月の相談日(予定): 7日、14日、21日、28日 10:30~17:30

2月の相談日(予定): 4日、9日、18日 ※9日は、11:00~15:00

問い合わせ先 電話: 0479-25-0311

スクールカウンセラー 椎名 郁

教育相談係 1年次 平野 2年次 加瀬由 3年次 佐久間 藤原(生徒指導部長)
辰野(3年次) 寺口(養護) 石金(養護) 坂本(SSW)

★予約方法は令和2年度「教育相談便り No.3」に掲載してあります。

★来校日や時間帯の変更がある場合は、ホームページまたはClassi(クラッシー)・電子掲示板(年次室前)等でお知らせします。分からないことがあれば上記の教育相談係に相談してください。

お知らせ（教育相談係）

千葉県が子ども・若者育成支援推進法に基づき設置している、千葉県子ども・若者総合相談センター「ライトハウスちば」のリーフレットを紹介します。千葉県ホームページにも掲載されていますので、興味のある方はそちらも参照してください。

どこに相談したらよいか、わからない。そんな時、まずはお電話ください!

- 専門の相談員がお話を伺い、お悩みの内容に合わせて専門機関をご紹介します。問題解決につながる解決策を一緒に考えます。
- ご家族や学校の先生、関係機関の方などからの相談もお持ちしています。
- 匿名での相談可能。相談無料。

※児童虐待を受けたと思われる児童に関する御相談については、お断りすることなく関係機関へ通告する場合があります。

相談の流れ

ご本人/ご家族
さまざまな悩みをお持ちの子ども・若者(概ね39歳まで)とその関係者の方

↓

ライトハウスちば

民間支援団体・公的支援機関等をご紹介します

「親の会」

ニート・ひきこもり・不登校などのお子様を持つ保護者の方々の悩みを共有できる場所です。お気軽にご参加ください。(開催日程はHP又はお電話でご確認ください)

子どもの将来が不安

子どもとの接し方がわからない



学校のこと

復学のための支援機関や、フリースクールなど

生活のこと

日常生活の中での困りごとをサポートする機関など(金銭管理、家事支援)

居場所

自宅以外に日中を通ずる場所や、同じ悩みを持つ方々との交流の場所など

心と身体のこと

医療機関、カウンセリングルームなど

働くこと

就職に向けたサポートができる機関など(コミュニケーション等のトレーニング、就労体験)

関係機関との個別支援会議

関係支援機関等と連携した支援を円滑に行うため、関係機関を対象に個別支援会議を開催します。

電話相談

対応日時:火曜日～日曜日(10:00～17:00)
(月曜日祝日の場合は翌火曜日お休み)

面接相談

面接相談は、よりお悩みが明確になり、解決に向けての道を見つけやすくなります。お電話でご予約いただいた上でお越しください。

若者を対象とした支援プログラム

(義務教育終了後～概ね30歳まで)
家にこもりがちになっている方が、生活リズムの定直し等を行い、復学・就職・適切な支援機関のご利用など、自立に向けて働き始められるように支援します。ご利用にあたっては、まずお電話でご相談ください。

利用者の声

電話相談

- 何回も電話をすることで自分の課題を解決する為の提案をしてくれ、ステップアップを重ね、就労支援機関に繋がることができました。また聞いてくれるだけではなく自分の経験に沿った親身な対応が有難かったです。(30代本人)
- 病院の先生からの紹介でライトハウスを知りました。高校での不登校がきっかけでひきこもっている息子の将来が見えず、思いついて電話をしたら優しく丁寧に対応してくれました。スーツと気持ちが軽くなったのを見ています。現在息子はライトの面接相談につながり、地域若者サポートステーションを紹介してもらい就労ができました。

面接相談

- 子どもが不登校。妻が外国人で日本語が話せず日本の文化や教育システム等も理解できず、子どもにも辛くあつたので困っていました。ライトハウスは通訳がいて英語対応も可能なので、妻と相談に行くことになりました。今は妻の気持ちもほぐれてきたので、継続的に相談にのっていただいています。(40代父)
- 30代の息子が大学卒業後、働かないまま困っていたところライトハウスを知りました。息子への対応を色々アドバイスしていただき、本人も一緒に来るようになり、現在は就労機関につながり働きはじめました。(70代母)

若者を対象とした支援プログラム

- 病院のカウンセリングの先生に生活習慣を整えたり、家から外に出る目的として行ってみてはどうかと勧められました。参加当初は緊張して職員さんや他の利用者の方と会話するのも大変でしたが、職員さんも優しく親身になって対応してくれました。また、自分に無理のない輪郭でプログラムを考えてくれるのでかなり最初とイメージが変わりました。少しずつ社会に出ていけるようになってきていると思います。(20代男性:支援プログラム参加3か月目)
- 親からの情報でライトハウスの支援プログラムを知りました。知ったときは自分が行けるのか不安だったし、抵抗もありました。でも今の状況を何とかしたいと思い行こうと思いました。参加当初は不安でしたが、真りが軽やかだったので少し落ち着きました。自分のペースで無理なく頑張れる状況を作るとより良い環境になると思いました。(20代女性:支援プログラム参加1か月目)

まずはお電話ください。

相談無料

専門の相談員が解決策を一緒に考えます。一人でも悩まず、お気軽にご相談ください。

☎ 043-420-8066

FAX 043-420-8023 (相談受付のみ)
メール lighthouse@abeam.ocn.ne.jp (相談受付のみ)
HP <http://lighthouse.pref.chiba.lg.jp/>

相談受付時間 火曜から日曜の10:00～17:00
(面接相談は予約制です)

定休日 年末年始、月曜日(祝日の場合は翌火曜日)

所在地 千葉市中央区都町2-1-12
千葉県都町合同庁舎4階

交通アクセス JR千葉駅より京成バス(8番のりば)
千05千城台車庫行/御成台車庫行
千06御成台車庫行 に乗車、
「千葉テレビ入口」下車徒歩1分

※駐車場に限りがございますので、公共交通機関をご利用ください。

MAP



発行元:千葉県環境生活部県民生活・文化課

ひきこもりの状態から抜け出したい

学校や職場でコミュニケーションが苦手...

働きたいけど社会に出るのが怖い

子どもの不登校について誰かに相談したい

学校に行けない、行きたくない

もしかして、発達障害かも



千葉県にお住まいの子ども・若者や、ご家族等を対象とした無料相談窓口

千葉県子ども・若者総合相談センター ライトハウスちば

千葉県 (令和2年12月発行)

