～名張市子ども相談室便り～　　平成 30 年４月　第９号

ほっとライン plus

名張市子ども相談室発行

こんにちは☆子ども相談室です！

新学年になり、新しい環境での学校生活が始まりました。

新しいクラスになったり、新しい先生や友だちと出会ったりした人もいるのではないでしょうか？

新しい先生や友だちに囲まれて、嬉しい・楽しい気持ちになる反面、疲れたり不安なドキドキする気持ちに揺れる事ってありませんか？

風に木の葉が揺れるように、人の気持ちが揺れてしまう事もあって当然ですよね？

子ども相談室では、みなさんが安心して楽しく過ごせるように、みなさんからの相談を受け付けています。

- 「これぐらい、自分だけガマンしておけばいいや」って、ガマンしなくても大丈夫。
- 思いついた事から話していいし、途中で話すのをやめて次のチャンスにしても大丈夫。話してみることで、自分の考えが整理できて気持ちが落ち着くことって、意外にありますよ。

秘密は守られます。通話料もかかりません。「ちょっとだけでも、話をしたいな」と思ったらお電話下さい。皆さんからのお電話、お待ちしています。

子ども相談室 *ばりっ子ほっとライン*

***0800-200-3218*（通話料無料）　大人の方は *0595-63-3118* へ。**

開設日時

月・火・木・金　8:30～17:15

水　10:30～19:00

土日・祝祭日と 12 月 29 日～1 月 3 日はお休みです。

うれしいこと、かなしいこと、困っていること、誰かに話したいこと、つらいこと、なんでもいいよ。
気軽に話してみて！
秘密は必ず守りますので、安心してね。

＊＊＊こんな記事を書いてほしいとか、こんなことを教えてほしいとか、ご要望があればお気軽に子ども相談室へおしらせください。どんなことでもかまいません。＊＊＊

送り先　〒518-0718　名張市丸之内 79　名張市総合福祉ｾﾝﾀｰふれあい内　子ども相談室あて