

# だれでもこころがザワザワするんだよ ～相談名人をめざせ!～

**精神保健福祉士・社会福祉士など「こころ」の専門家を学校に派遣し、生徒や保護者を対象に、「こころの健康（メンタルヘルス）」に関する出前講座を開催しませんか？**

講座では…

児童期から思春期のこころの成長と特徴について、この時期特有の悩みやその対処法など、「こころ」の専門家がわかりやすくお話しします



対 象：小学校高学年、中学生、保護者、学校関係者

所 要 時 間：45分～2時間程度  
(ご要望に応じます)

対 象 人 数：1クラス～1学年程度

## 【受講した生徒からの感想】

- ☆心っていろいろなことがあるのだとわかって安心した。
- ☆一人で溜め込まなくてよいと言われ、気持ちが軽くなった。
- ☆イライラすると八つ当たりしてしまうことがあるが、今日の話で気持ちが楽になった。
- ☆相談は恥ずかしいことではない。不安なときは相談したいし、相談される人にもなりたいたいと思った。

## 【先生からの感想】

- ☆授業で補いきれなかった細かい部分の話が聞いてよかった。
- ☆ストレスに対応できない生徒に対して、どんなサポートができるのかとても参考になった。



お問い合わせ：〒924-8688 白山市倉光二丁目1番地

ノーマネットはくさん（白山市共生のまちづくり推進協議会）事務局  
白山市役所障害福祉課

TEL：076-274-9526 FAX：076-275-2211

Eメールアドレス：[syougai-fukushi@city.hakusan.lg.jp](mailto:syougai-fukushi@city.hakusan.lg.jp)