

# ひとりで悩んで、「しんどいな」と感じることはありませんか？

学校生活のこと、家庭のこと、心配していること…家族や友達、学校とも違う立場から、相談員があなたと一緒に考えます。

- ・ 自分の将来が心配
  - ・ 友達との付き合い方がわからない
  - ・ 勉強をしたいけど集中できない
  - ・ 親と話したくない
  - ・ 誰かに相談するのが恥ずかしい
  - ・ ○○の授業に出たくない
  - ・ モテたいのに上手くいかない
  - ・ 家事をしたり、家族の世話が大変
  - ・ 成績が下がった
  - ・ SNSが気になって、なにも手につかない
  - ・ 夜眠れない
  - ・ ゲームがやめられない
  - ・ 自分の好きなことを分かってほしい
  - ・ 学校に行きたくない
  - ・ なにもやる気が起こらない
  - ・ いじめにあっている
- 等々

まずは相談してみませんか？どんなことでも相談は無料です。電話・メールでも大丈夫です。もちろん秘密は守ります。

《相談窓口》

社会福祉法人つばさの会

相談支援事業所 つばさ

☎ 0767-74-0125 (夢ういんぐ共用)

✉ soudan\_tsubasa@outlook.jp



一般社団法人なお・なかのと就労支援センター

相談支援事業所 なんでも

☎ 0767-76-0150

✉ info@nanaonakanotocenter.jp



## ご相談いただいた方々から寄せられたご意見を紹介します

相談支援事業所ってなに？って思ったけど、相談員はゆるい感じで話しやすかった。

中学生 女性

親がどれだけ言っても聞いてくれなかったのに、なぜか相談員さんの言うことは聞いてくれて  
**不思議**だった。

高校生保護者 女性

相談したことは解決しなかったけど、話せたことですっきりした。なんでも聞いてくれて、一緒に考えてくれる人がいると安心できる気がする。

**また相談したい**と思えた。

高校生 男性

大人の相談員が  
**漫画**や**ゲーム**にととても詳しくて驚いた。  
少し引いた(笑)。

高校生保護者  
女性

「朝起きられない」って  
**軽い気持ち**で相談したら、思っていた以上に真剣に考えてくれて嬉しかった。

高校生 女性

相談員って、考え方が  
**変わっている**なと思った。でも自分の話はしっかり聞いてくれる。

中学生 男性

お互いに話しづらいこともあるから、家族の他に  
**相談相手**がいると親としても良い。

中学生保護者 男性

ご本人、ご家族からの相談でも大丈夫です。まずは相談してみませんか？