

## 自粛でストレス溜まっていませんか？ (日光市内の相談窓口をご活用ください)

3月から現在まで日光市内小中学校では臨時休業が続いています。感染防止のためお不便をおかけしております。自粛によって子どもたちは、外出を制限されたり友達と会えなかったりと様々なストレスを感じながら生活しているのではないのでしょうか。子どもによっては、日々のニュースを見て不安を感じたり、日々の生活で悩みを抱えたりしていることもあるかもしれません。

下記のように子どもや保護者が相談できる窓口がありますので、友達関係、学習、家庭内での養育等に関することでお悩みのことがありましたら、下記相談窓口までお気軽にご相談ください。

○日光市教育相談室（月曜から金曜日の9時～16時）

TEL0288-21-9130

（主に友人関係や学習に関する事、その他学校生活全般に関する事）

○24時間（じかん）子供（こども）SOSダイヤル

（文部科学省初等中等教育局児童生徒課）

TEL0120-0-78310（なやみ言（い）おう）

（いじめやその他の子供のSOS全般に関する事）

日光市教育委員会  
学校教育課  
教育指導係  
TEL 028-21-5181