

平成 28 年度 すこやかメールマガジン 第 493 号【お忙しい時には】5 月 19 日配信

みなさんこんにちは (^_^) /

小、中学生のお子さんをお持ちの方は、運動会の準備で忙しくされているのではないのでしょうか。我が子も小、中学生なので先週、今週と 2 週続けて運動会となり、週末は朝早くからお弁当の準備に追われ忙しくしています。

子育てと仕事で忙しくされていると、悩みを相談したくてもなかなか時間がとれないというのが現状ではないでしょうか。今日はそんな時の相談窓口を紹介します。当センターでは、「子育てメール相談『すこやかメール相談』」を開設しています。専門の相談員がじっくりと相談を拝見しながら、悩みを一緒に考えていきます。

都合のよい時間に相談内容をメールで送信していただければ、その相談について、当日もしくは翌日（金曜日の相談であれば、翌週になる場合もございます）に回答させていただきます。メールですので、都合のよい時間に回答したものをご覧いただくことができます。

「悩みがはっきりしていないと相談できない」とお考えになる方もいらっしゃると思いますが、そんなことはありません。悩みはいろいろなことが絡み合っている場合が多いので、「はっきりとこのことについての悩み」と言い切れない場合が多く、「心の中でなんかモヤモヤしているのだけど…」といった状況が多いのではないかと思います。そんな時こそメールなさってみてください。

相談員に聞いてみたところ「話を聞いてもらって、心がすっきりした」「自分の悩んでいることが、実はこのことだとはっきりした」「誰にも相談できなくて、一人で心細かった」などとおっしゃる方がいらっしゃるとのことでした。もちろん相談内容は秘密ですのでどんな相談だったかはわからないところですが、相談いただいた方に何らかの形でお役に立てたのではないかと思います。

「子育てメール相談『すこやかメール相談』」は下記のアドレスに内容を送信していただくことで相談できますのでどうぞ気軽にご利用下さい。

→mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

この他にも当センターでは、「子育て電話相談『すこやかダイヤル』」を開設しております。平日（国民の祝日、年末年始を除く）10 時～17 時までで、上記時間以外は、留守番電話及び F A X で受け付けしております。

→TEL : 0 1 9 8 - 2 7 - 2 1 3 4

お時間がとれて相談員に直接お話されたい場合は、こちらをご利用ください。

「誰にだって子育ての悩みがあり、みんな悩みながら子育てしているんだよ。悩みがあつて当たり前」と話す相談員の言葉が印象的でした。【M】

○メルマガで取り上げて欲しい内容やご感想など、下記アドレスにお寄せいただければ嬉しく思います。(アドレス登録又は配信停止もこちらからどうぞ(^_^))

mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

○メルマガのバックナンバーを当センターHPで閲覧することができます。

アドレスはこちら

「まなびネットいわて」(<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>) > 「発行物・刊行物」
> すこやかメルマガ

○「すこやかメール相談」このアドレスに返信することで子育てに関わる相談が受けられます。乳児から小中学校での困り事などお気軽にご相談ください。

mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

【転送からの登録手順】

「このメルマガを友人・知人に転送する」→「受け取った方が登録用アドレスを確認する」
→「『メルマガ配信希望』と入力し送信する」→「配信登録完了！」(次回から直接、メルマガを受信することができます)

【紹介からの登録手順】

アドレス kosodatem@pref.iwate.jp をご紹介していただき、「配信希望」とメールすれば登録できることをお伝えていただく。

これからも、どうぞよろしく申し上げます(^_^)/

【発行】

岩手県立生涯学習推進センター

025-0301 花巻市北湯口 2-82-13

TEL 0198-27-4555

URL:<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/> 「まなびネットいわて」で検索