



こころのコンシェルジュ

## 新谷はるみ(中津教育事務所管内担当)

中津市中央町1丁目-5-16(中津教育事務所に所在)

Tel:0979-25-2212 Fax:0979-22-2713

OENメール:nakatsu-con@oen.ed.jp 新谷コンシェルジュ(中津教育県)

### 学校巡回訪問 お世話になります！

新学期が始まり、学校は新しい風が吹いていることでしょう。今年度の「こころのコンシェルジュ学校巡回訪問」を始めました。お忙しい中ですが、どの学校も温かく迎えて頂き感謝しております。授業づくりや学校行事など多忙な毎日だと思いますが、時々、ホッとする時間をつくり、心と体のケアをしましょう。

コンシェルジュ面談の対象・・・希望者は勿論ですが、管理職・新採用職員・異動してきた職員が対象です。異動職員の中で特に他都市からの異動してきた方や校種間異動の方を優先的にお願いしたいと思います。面談時間の確保が難しいのですが、ご配慮お願いします。新採用教員は夏休みを中心に面談したいと考えています。情報は守秘しますので何でもお気軽に相談してください。

### 教職員のためのメンタルヘルスガイドから

☆弱音を吐ける職員室・支え合える職員室をつくろう

- ①管理職はリーダーシップとカウンセリングマインドを持つことが必要です・・・普段から職員と気軽に話をしましょう。
- ②“助けられ上手になろう”・・・「弱音を吐く能力」「助けを求める能力」つまり「助けられ上手」になることがバーンアウト(燃え尽き)を防ぎ、自身のメンタルヘルスを守ってくれます・・・困った時は誰かに相談して一人で抱え込まないようにしましょう。

「コンシェルジュだより」を回覧するか  
掲示して下さいとありがたいです。

平成29年 5月2日