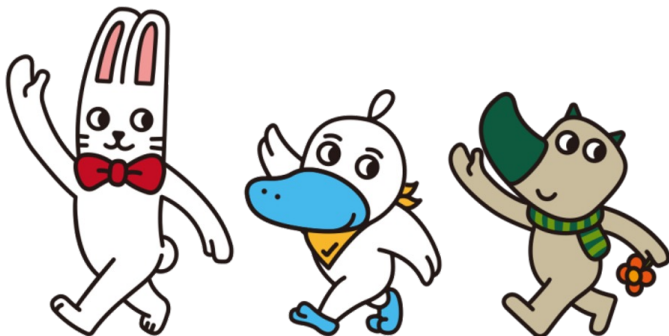


# 無料カウンセリング、コンテンツの ご案内

海外に生活する日本人のための  
メンタルヘルスケア

NISHI INO MATSU  
CHIBA TOMO



千葉大学  
子どものこころの発達教育研究センター  
田口佳代子

# 海外生活ならではのストレスって ありませんか？

- ストレス発散場所が日本より少ない
- 個人的な悩みについて相談できる場所や機関が少ない
- 子育てについての悩みについて相談する場所が少ない
- 子どもの発達について、気になることを相談する場所が少ない
- 日本語対応してもらええる施設、機関が少ない

などなど



# 無料カウンセリングの利用方法

応募フォーム  
QRコード

以下GoogleフォームまたはQRコードからで相談申し込み  
<https://forms.gle/q5jfokaizq2W5fmy5>



**30分オンラインカウンセリング**  
カウンセリング後にアンケート

**動画コンテンツ視聴（研究協力任意）**  
限定Youtube 視聴

**30分オンラインカウンセリング（ご希望の方）**  
（2回目）最後にアンケート

**30分オンラインカウンセリング（ご希望の方）**  
（3回目）最後に実態調査アンケート



# 30分オンライン無料相談申込書

千葉大学子どもこころの発達教育研究センターでは、研究の一環として無料オンラインカウンセリングを実施しております（1年間の予定です）。研究協力は任意ですので、カウンセリングを利用してみたい方はぜひこの機会のお試しください。申し込みいただいたあと、1週間以内に担当者から返信いたします。返信がない場合はお手数ですが、[recruit5@chiba-u.jp](mailto:recruit5@chiba-u.jp) にお問い合わせください。

Google にログインすると作業内容を保存できます。 [詳細](#)

**\* 必須の質問です**

メールアドレス \*

メールアドレス

申込者氏名 \*

※お子様自身のご相談の場合は、お子様の氏名をご入力ください

回答を入力

お住まいの地域 \*

- インドネシア
- マレーシア
- 台湾

相談希望曜日、時間（火・金の  
み） ※お住まいの国の現地時  
間で選択ください。

- 火曜日 午前中
- 火曜日 午後
- 金曜日 午前中
- 金曜日 午後

相談内容を簡単にご記入ください \*

回答を入力

送信

フォームをクリア

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

相談希望時間は、お住まいの地域の  
現地時間で大丈夫です。  
応募をいただきましたら、担当者から  
具体的な相談時間を決めるための  
メールが届きます。

届かない場合は、以下までお問い合わせ  
ください。

recruit5@chiba-u.jp

応募フォーム  
QRコード



小児科発達外来・精神科  
発達障がい研究  
身体症状症・慢性疼痛研究



**田口佳代子**

公認心理師・臨床心理士  
(医学博士)

発達障がいを持つお子さんや大人の方とプログラムをしたり、うつや不安症、強迫症といった精神症状のための認知行動療法をしています。

どんな方もこちらのカウンセリングを気軽にご利用いただきたいです！

子ども支援NPO法人  
スクールカウンセラー  
子どものストレスチェック  
研究



**古川美之**

公認心理師・保育士

中学校・高校のスクールカウンセラーとして、学校や家庭での悩み、不登校などの相談を受けています。

小さな悩みでも、気軽にご相談ください！マインドフルネスを活かしたカウンセリングをしていきます。

都内中学校巡回相談  
ASDと偏見、子どもの不安を研究



**大下恵美子**

公認心理師・特別支援教育士  
(小児発達学博士)

勉強や友達のことで困っている中学生の支援をしています。

フィリピン、ホンジュラス、マーシャル諸島で、子育て経験あり！！  
悩みは同じかも？！

私たちが  
お聞きします！

なんでも  
気軽に話して  
くださいね❤️

行政保育園等での心理  
発達相談員



**光安幸子**

公認心理師・臨床心理士

幼児や小学生の発達に関する相談を受けたり、支援をおこなってきました。お子様について気になることなど、お気軽にご相談ください。



**波平百合香**

公認心理師

子どもの貧困・社会的少数コミュニティでの心理支援研究

子どもから大人まで、発達・認知行動療法の視点から心のサポートを行います。中高生の学習支援やマイノリティ支援も研究しています。

## 専門家による 無料オンラインカウンセリング

ぜひこの機会にカウンセリングをお試しく下さい



ここで話したことは、どこにも漏れません。また、一時帰国でご相談として利用していただくこともできます。

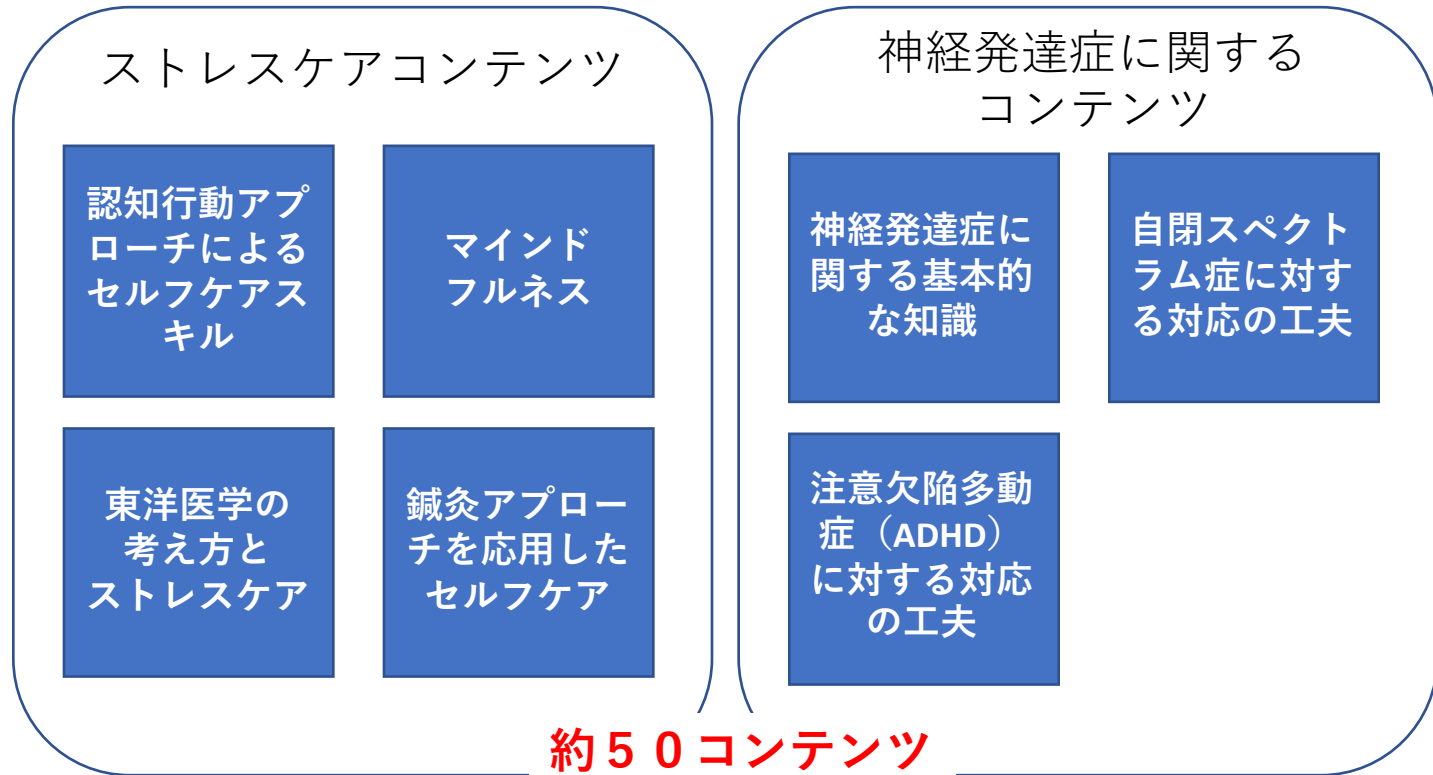
無料オンライン終了後も有料でのカウンセリングもご案内できます。

まずは調査1に、  
ぜひご協力下さい



なんでも OK  
気軽にね!

# ショート動画の内容（1コンテンツ10分程度）



約50コンテンツ

## コアコンテンツ（20動画）

必須受講コンテンツを20動画設定し、すべて視聴後に介入後評価をおこなう。

※尚その後も自由に他のコンテンツが視聴できるものとする

限定  
Youtubeで  
見られます



# 公式アカウント始めました！



ふむふむ



コードを読んで  
お友達登録をお願いします



登録をしていただくと・・・

- 定期的にメンタルケアの動画の一部を紹介しています
- 定期的お役立ち情報を配信します
- 登録をしていただいても、第3者に連絡先が伝わることはありません。
- お知らせ専用のアカウントです。ご返信はできません