

しょうがくせい
小学生のみなさんへ

～ 不安や悩みがあったら話してみよう ～

もうすぐ夏休みです。家族や友達とゆっくり過ごせる時間を楽し
みにしている人もいるでしょう。もしかすると、夏休み中でも、い
つもの生活や学校のことになやむ人、夏休みの終わり頃になって、
学校が始まるのが不安になる人もいるかもしれません。

だれにでも不安やなやみはあるものです。一人でかかえこまず、
家族や先生、学校のスクールカウンセラー、友達、だれでもよいの
で、なやみを話してみませんか。

どうしても周りの人に話しづらいときには、電話やメール、ネッ
トで相談できる窓口もあります。人に相談することは決してはずか
しいことではなく、生きていくうえで必要な大切なことですので、
ためらわずにまずは相談してみましよう。

もし、あなたの周りに元気がない友達がいたら、ぜひ積極的に声
をかけて、しんらいできる大人につないであげてください。また、
身近に相談できる場所としてどんなところがあるのか調べてみまし
よう。

れいわ ねん がつ にち
令和6年7月9日

えたじましきょういくいいんかい きょういくちょう おかだ まなぶ
江田島市教育委員会 教育長 岡田 學

中学生のみなさんへ

～ 不安や悩みを話してみよう ～

これから夏休みを迎えます。みなさんの中には、夏休み中や休み明けの時期に、自分自身の進路の問題や、家庭内の問題、あるいは友人関係などの不安や悩みが出てくるかもしれません。

誰にでも悩みや不安はあります。悩みや不安を一人で抱え込まず、家族、先生、スクールカウンセラー、周りの友達、誰にでもいいからあなたの悩みを話してみませんか。必ずあなたの味方になってくれる人がいます。周りの人に相談しづらいときは、電話やメール、ネットで相談できる窓口もあります。気軽にあなたの悩みを話してみてください。人に相談することは決して恥ずかしいことではなく、社会で生きていく上で必要な大切なことです。相談窓口では、いつでもあなたの悩みを聞いてくれる人がいます。

もし、あなたの周りに元気がない友達がいたら、積極的に声をかけて、信頼できる大人につないでください。また、自分や友人が悩みや不安を抱えた時に相談できる機関として身近なところにどのようなところがあるのか調べてみましょう。

令和6年7月9日

江田島市教育委員会 教育長 岡田 學