

児童生徒の皆さんへ ～かけがえのない自分や友人を大切に～

昨年^{さくねん}から、新型^{しんがた}コロナウイルス^{かんせんしやう}感染症^{がっこうせいかつ}により、学校生活^{えいきやう}にもさまざまな影響^{えいきやう}が出ています。皆さんの中^{みな}にも、感染^{かんせん}したらどうしよう、友達^{とも}と遊ばない、修学旅行^{あそ}や部活動^{しやうがくりよこ}が制限^{ぶかつどう}された、進路^{しんろ}や将来^{しやうらい}が心配^{しんぱい}、など不安^{ふあん}や悩み^{なや}を抱^{かか}えている人がいると思います。

不安^{ふあん}や悩み^{なや}で心^{こころ}が辛^{つら}くなることは、決して珍^{めづら}しいことではありません。誰^{だれ}にでも起きることです。特に思春期^{とく}と呼ばれるときは、より不安定^{ふあんてい}になりやすいと言われています。

中^{なか}には、自分一人^{じぶん}では解決^{かいけつ}できない大きな悩み^{おお}を抱^{なや}えてしまったり、一人で解決^{かいけつ}しようと頑張り^{がんば}続けて心^{こころ}が疲^{つか}れてしまったりしている人もいるかもしれません。

そのようなときは、家族^{かぞく}や先生^{せんせい}などに相談^{そうだん}することが大切です。「話を聴^たいてほしい」「助けてほしい」と伝えてみてください。大人^{おとな}に話す^{はな}のが少し難^{すこ}しいと思ったら、友達^{とも}に話^{はな}してみましよう。

もし、周^{まわ}りに気^きになる友達^{とも}がいたら、「どうしたの」と声^{こえ}をかけてみましょう。とにかく話を聴^{はなし}いてあげるだけでいいのです。そして、信頼^{しんらい}できる大人^{おとな}と一緒に相談^{いっしょ}にいきましょう。

このような、少し^{すこ}の勇気^{ゆうき}、少し^{すこ}の優しさ^{やさ}が、かけがえのない自分^{じぶん}や、かけがえのない友人^{ゆうじん}を守^{まも}っていくことにつながります。

埼玉県教育委員会^{さいたまけんきやういっくいんかい}では、24時間^{じかん}の電話相談^{でんわそうだん}も受け付けています。また、ホームページにも窓口^{まどぐち}を案内^{あんない}しています。周囲^{しゆゐ}に相談^{そうだん}しづらいときは、いつでも相談^{そうだん}してみてください。あなたの不安^{ふあん}や悩み^{なや}を必ず聴^{かなら}いてくれます。

あなたは一人^{ひとり}ではありません。

「教育長メッセージ」

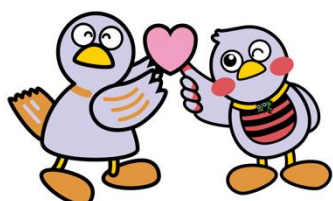


<https://www.youtube.com/watch?v=-XajLjLVBTc>

「困ったときの相談窓口」



<https://www.pref.saitama.lg.jp/e2201/kyouikusoudan.html>



埼玉県のマスコット「コバトン」「さいたまっち」

令和3年7月1日
埼玉県教育委員会教育長 高田 直芳