

生活指導だより



令和3年7月19日
練馬区立早宮小学校
生活指導主幹 伊藤 早苗

もう、間もなく1学期が終わり、明後日からは子供たちが楽しみにしている夏休みとなります。4回目の緊急事態宣言の発出となり、計画の変更を余儀なくされたご家庭も多いのではないのでしょうか。そのような中でも充実した夏休みにしてほしいと願っております。

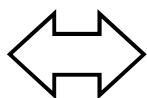
楽しみ・充実

- ・めりはりのある生活。
- ・規則正しい生活。
- ・家族の一員としての、家事の役割分担。
- ・オリンピック、パラリンピックのテレビ観戦。
- ・新しいことへの挑戦。
- ・しっかりと復習、学習の定着。



不安・心配

- ・生活リズムの乱れ。
- ・暑さから逃れるために引きこもりがち。
- ・冷たいもので体調不良。
- ・新型コロナウイルスに関する不安の継続。
- ・1学期の学習が分からないまま。
- ・交通事故、水の事故、SNSトラブル。



不安や心配事があると、新学期に学校に気持ちが向けられない場合があります。夏休みが終わる頃、学校に行くこと、友達との再会が楽しみになるように、ご家庭での42日間の過ごし方、お子さんとの向き合い方を大切にしてくださいとありがたいです。

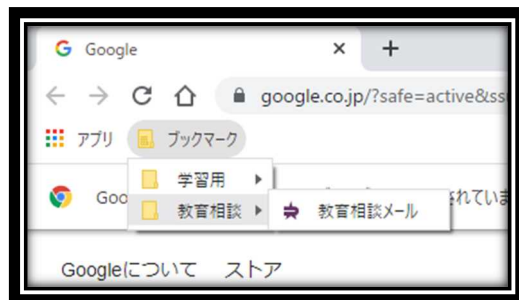
命を守る



先週配布しました「夏休みの生活について」をよくお読みいただき、ご家族で話し合っ安全で楽しい夏休みをお過ごしください。

- ・交通ルールを守り、安全に気を付ける。自転車の乗り方、飛び出しに注意する。
(練馬警察からのお便りをお読みください。)
- ・SNSルールを確認し、使い方を守る。タブレットの約束も守る。
(言葉の使い方、相手も自分も大切にする。犯罪に巻き込まれないように気を付ける。)
- ・「いかのおすし」を守って、安全に過ごす。
- ・心配事、つらいことがあるときには、信頼できる人などに相談する。

コロナ禍にあつて、保護者の皆様も高ストレスの状況が続いていることと思います。身近な人には相談しづらい、ご家族だけでは受け止めきれない悩み事は、様々な相談機関を気軽に活用してください。子供たちには相談窓口のカードを配布しました。また、2年生以上が持ち帰ったタブレットのGoogleホームには「練馬区教育相談メール」がブックマークされています。裏面にも相談窓口一覧を載せました。



2学期の開始に不安がある場合には学校に連絡してください。ご家庭と連携して子供たちが安心して学校生活を送れるようにしていきたいと考えております。

よい時間を過ごし、パワーチャージしたお子さんと9月1日(水)に会えることを楽しみにしています。



不安や悩みがあるときは… 一人で悩まず、相談しよう



練馬区用
令和3年4月版

とうきょうと そうだん
東京都いじめ相談ホットライン

いじめ、不登校、友人関係、発達障害、自傷行為等に関する相談

24時間対応 **0120-53-8288**


メール相談

東京都教育相談センターホームページの「メール相談」をクリック

とうきょうととうきょういく そうだん
東京都教育相談センター

そうだん とうきょう
相談ほっとLINE@東京

都内の中学生・高校生向けのSNS相談



令和3年5月31日(月)まで 毎日 9:00~23:00
6月 1日(火)から 毎日 16:00~23:00

とうきょうととうきょういく いいんかい
東京都教育委員会 ※受付は22:30まで

練馬区立学校教育支援センター

子供の性格や行動、学校生活、子育て等に関する相談
教育相談室(光が丘) 電話03-5998-0091

練馬 電話: 03-3991-3666
関 電話: 03-3928-7200
大泉 電話: 03-6385-4681

月~土曜日
午前9時から午後5時まで
(日曜日、祝日、
年末年始を除く)

じかんこども
24時間子供SOSダイヤル

いじめの問題やその他の子供に関する相談全般

フリーダイヤル なやみおろ
24時間対応 **0120-0-78310**

ぜんこくとういっ
全国统一ダイヤル

でんわそうだん
よいこに電話相談

学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに
03-3366-4152
聴覚言語障害者相談(FAX) **03-3366-6036**

平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00
(年末年始を除く)

とうきょうとじどうそうだん
東京都児童相談センター

はな とうきょうこども
話してみなよ 東京子供ネット

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

フリーダイヤル はなて みなよ
0120-874-374

平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00
(年末年始を除く)


とうきょうとじどうそうだん
東京都児童相談センター (子供の権利擁護専門相談事業)

かんが
考えよう! いじめ・SNS@Tokyo

いじめ防止とSNSの適切な利用に役立つウェブサイト・アプリ

◆「こころ空模様チェック」アプリを使って、東京都いじめ相談
ホットラインに電話ができます。

◆こたエールのネット相談受付フォームにつながります。



とうきょうととうきょういく いいんかい
東京都教育委員会

こたエール

ネット・ケータイのトラブル相談 なやみゼロに

電話相談 **0120-1-78302**

LINE相談 アカウント名「相談ほっとLINE@東京」

メール相談

月~土 15:00~21:00(祝日・年末年始を除く)

LINE相談は20:30まで受付 メール相談は24時間受付

ヤング・テレホン・コーナー

非行、いじめ、不登校、犯罪被害等に関する相談

24時間対応 **03-3580-4970**

◆月~金 8:30~17:15 専門の担当者(心理職、警察官)

◆夜間、土日祝日 宿直の警察官 が対応

けいしちやう しょうねんそうだんしつ
警視庁 少年相談室

でんわそうだんしつ
こころの電話相談室

子供の行動や心の発達等に関する相談

042-312-8119

月~木 9:30~11:30 13:00~16:30
(金土日祝日、年末年始を除く)

とうきょうとりつしょうにそうごういりやう
東京都立小児総合医療センター

でんわそうだん
こころの電話相談

心の健康に関する相談 平日9:00~17:00(土日祝日、年末年始を除く)

港、新宿、品川、目黒、 大田、世田谷、渋谷、 中野、杉並、練馬 03-3302-7711	千代田、中央、文京、台東、 墨田、江東、豊島、北、 荒川、板橋、足立、葛飾、 江戸川、島しょ地域 03-3844-2212	多摩地域 (23区、島しょ地域以外) 042-371-5560
--	--	--

とうきょうとりつせいしんほけんふくし
東京都立精神保健福祉センター

がっこうもんだいかいけつ
学校問題解決サポートセンター

保護者向け相談窓口

03-3360-4195

平日 9:00~17:00
(土日祝日、年末年始を除く)

とうきょうととうきょういく いいんかい
東京都教育相談センター

不安や悩みは誰にでもあります。身近にいる信頼できる大人や、上にある相談機関に相談してみましよう。