

中学生のみなさんへ

夏休みも終わりに近づき、もうすぐ2学期が始まります。

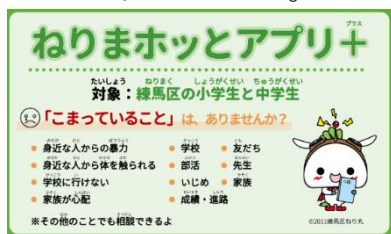
久しぶりに学校に行くこと、勉強や進路のこと、友だちとの関係のこと、家族のことで不安な気持ちの人もあるかもしれません。中には、特別な理由がなくても、なんとなく学校に行きたくないと感じる人もいるかと思います。

もやもやする時や不安な時は、自分の気持ちを誰かに伝えることで楽になることがあります。家族や友だち、先生、誰でもよいので、信頼できる身の周りの人に話をしてみてください。学校には、担任の先生以外にも、養護教諭、スクールカウンセラーや心のふれあい相談員など、みなさんを支える人が大勢います。

また、周りの友だちが悩んでいる様子に気付いたら、声をかけてください。そして、信頼できる大人につなげてください。

直接、相談しにくい場合には、みなさんのタブレット端末のブックマークに入っている「ねりまホッとアプリ+」から、チャットで相談することもできます。

私たちは、みなさんが学校で安心して学べるよう支えていきます。そして、不安な気持ちの人を必ず守ります。一人で悩まないで、ぜひ話をしてくださいね。



<https://nerima-hot-app-plus.jp/>

令和8年8月 練馬区教育委員会
教育長 三浦 康彰