

中学生のみなさんへ

もうすぐ2学期が始まります。長い休みが明け、また学校が始まるに当たり、勉強や進路のこと、友だちのこと、家族のことで不安な気持ちの人もあるかもしれません。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いう人もいますかと思えます。

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、学校には養護教諭、スクールカウンセラーや心のふれあい相談員など、みなさんの話を聞いてくれる人が大勢います。

また、友だちが悩んでいる様子があったら、声をかけ、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のブックマークに入っている「ねりまホッとアプリ+」を使って、チャットで相談することもできます。

私たちは、みなさんの気持ちに寄り添い、みなさんが学校で安心して学べるよう取り組んでいきます。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.coco-chaport.jp/>

令和7年8月 練馬区教育委員会

教育長 三浦 康彰