

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感染かんせんしょう症により、学校生活がっこうせいかつにもさまざまな影えいきょう響が出ていま
す。皆さんの中みなにも、感染かんせんしたらどうしよう、友だちともと遊あそべない、修学旅行しゅうがくりょこうや部活動ぶかつどうが制限せいげん
された、進路しんろや将来しょ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ひとがいると思おもいます。

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、決けつして珍めづらしいことではありません。誰だれにでも起おきる
ことです。特とくに思春期ししゅんきと呼ばよばれるときには、より不安定ふあんていになりやすいと言いわれています。

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 なやを抱かかえてしまったり、一人ひとりで解決かいけつしようと
頑張りがんばつづけて心こころが疲つかれてしまったりしている人ひと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たいせつです。「話はなしを聴きいてほしい」「助
けてほしい」と伝つたえてみてください。大人おとなに話はなしすのが少すこし難むずかしいと思おもったら、友だちともに話はなし
てみましょう。

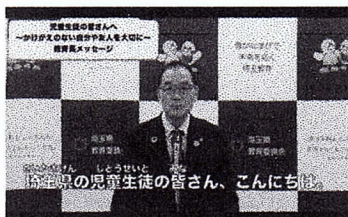
もし、周まわりに気きになる友だちともがいたら、「どうしたの」と声こゑをかけてみましょう。とにかく
話はなしを聴きいてあげるだけでいいのです。そして、信しん頼らいできる大人おとなに一緒いっしょに相談そうだんにいきましょう。

このような、少すこしの勇気ゆうき、少すこしの優やさしさが、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
をまももっていきることにつながります。

さいたまけんきょういくいいんかい
埼玉県教育委員会さいたまけんきょういくいいんかいでは、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。周しゅう圍い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かならず聴きいてくれます。

あなたは一人ひとりではありません。

「教育長メッセージ」

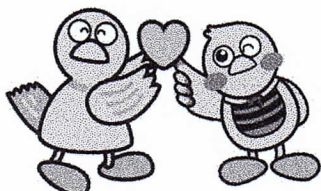


<https://www.youtube.com/watch?v=-XajLjLVBTc>

「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「コパトン」「さいたまっちゃん」

令和3年7月1日
埼玉県教育委員会教育長 高田 直芳