

中学生のみなさんへ

新学期が始まります。新しい学年・クラスで、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。家族や友達、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、信頼できる大人に相談してください。

直接、相談しにくい場合には、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.jp/>

令和8年4月 練馬区教育委員会

教育長 三浦 康彰