



がっこうさいかい 学校再開をむかえるみなさんへ

しんがた
新型コロナウイルスにかからないように、うつさないように、この3カ月、みなさんはよくがんばってくれました。

がっこうがやすみのあいだ、「3つの密」をさけたり、がいしゅつをひかえたりしてくれました。また、ぎょうじができないことなどを、がまんしてくれました。ほんとうに、ありがとうございます。

おかげで、こうしてがっこうがさいかいできるようになりました。

★**ありがとう!**★

しかしいまもまだ、みなさんのようにがんばっている方々が、よなかにはたくさんいます。

じぶんたちががんばったことと同じように、こうした方々ががんばっていることを知りましょう。

そして、おたがいに思いやり、かんしゃすることをわすれないでほしいですね。

これから、がっこうせいいかつがはじまります。つぎのようなことに、あらたきをつけてみましょう。

◇びょうきをなおすためにちからをつくしている方、びょうきをのりこえた方やのりこえようとしている方、わたしたちの生活をささえる仕事をしている方、そうした方々をささえている家族の方などを傷つけるようなことばやこうどうは、ぜったいにやめましょう。

◇ふざけあそびのつもりでも、あいてがいやな気持ちになるようなことは、やめましょう。

◇もし、おもいやりのないことばやこうどうできずついたときには、せんせいやスクールカウンセラー、かぞくやおともだち、しんらいできるひと、すぐそうだんをしましょう。ちよくせつなやそうだんできない人は、でんわそうだんなどのまどぐち、そうだんをしましょう。

＜相談窓口＞

ちば しきょういくそうだん
□千葉市教育相談ダイヤル24

ぜんこくとういつ 24じかんこどもえすおえすだいやる
□全国統一の24時間子供SOSダイヤル



☎0120-101-830

☎0120-0-78310

よくわからないけれど、イライラしていたりおこりっぽくなっていたりしていませんか。それは、こころがつかれているしやうこ証拠です。

こころをつかれたままにしておくと、らんぼうなことばをつか、ひとをきずつけるこうどうをとってしまったりします。すると、あなたのこころは、ますますやさしいひかりをうしなってしまいます。

そうならないためには、ふあんなことやしんぱいなこと、イライラしたきもちやかなしいきもちなどを、みちかひと、そうだんできるひとに話してみましょう。

イライラのおくには、これまでがまんしてきたいろいろな「きもち」があります。それを、ことばにして伝えられるといいですね。

ことばたいせつじぶんい、ことばげんき、ことばこころあたたくなることばをつか、ことばを使いましょう。

