

川口市立幸並中学校のみなさんへ

いよいよ夏休みに入ります。みなさんは、どんなことを楽しみにしているでしょうか。自由に使える時間が増え、やりたいことや目標に向かって熱中できる時期だと思います。

しかし、生活リズムが乱れやすい期間でもあります。しっかりと生活リズムを整え、心と身体の健康を大切にしたいと思います。

学校の先生方も、みなさんが充実した日々を送り、元気な姿で2学期の始業式に再会できることを楽しみにしています。そして、もし悩みや不安があったら、一人で抱え込まず、先生方やまわりの大人に相談してください。

- 一人で悩みを抱えていませんか？
- 一人でもがいていませんか？
- 一人で苦しんでいませんか？
- 一人で何とかしようと頑張りすぎていませんか？

- ★一人で抱え込まないでください
- ★誰かに相談してください
- ★助けを求めてください
- ★SOSを発信してください

- ※みんなの気持ちを受け止め、支えてくれる人がいます
- ※寄り添ってくれる人や一緒に考えてくれる人がいます
- ※選択肢は、一つではありません

みなさんは、ひとりではありません。

令和4年7月

川口市立幸並中学校 校長 大場 真