

芽吹 き

教育目標

- 1 自ら学び、考え、実践できる人になろう（賢く）
- 2 思いやりのある、心豊かな人になろう（優しく）
- 3 心身ともに、たくましい人になろう（逞しく）

NO. 152

令和4年3月25日発行
中野区立南中野中学校



強みを生かして令和4年度へ(令和3年度修了式 式辞から)



校長 竹之内 勝

「南中桜」が、皆さんの進級に向けてお祝いしています。卒業式後の見送り、皆さん一人ひとりの心あたたまる姿によって、すてきな門出となりました。皆さん一人ひとりに、「あたたかく上級生を送り出すことができる」というよいところがあります。3年生をあたたかく送り出してくれた皆さんに、改めてお礼を言わせてください。ありがとうございました。

さて、今日は学年最終日となりました。令和3年度、南中生一人ひとりが、本当によく頑張りました。南中における今年度の生徒アンケートで、90%以上の生徒が「そう思う」と肯定的に回答したものをお知らせします。

- 94.3% 挨拶をしている
- 93.6% 生徒や先生の挨拶はよくできている
- 93.2% 授業中はしっかり話を聞き、考えようとしている
- 92.9% 人や社会の役に立つ人間になりたい
- 92.1% 学校行事は楽しく充実している
- 90.0% 校内の環境美化に積極的に取り組んでいる

これらは、「東京一さわやかなあいさつ」を身に付けている南中生の強みです。だからこそ、大きな成果が、今年度もたくさん見られたのだと確信しています。

修了式にあたり、皆さんへ、「東京一さわやかなあいさつ」に加え、「南中 幸せを呼ぶ六箇条」を贈ります。

- 一つ いつもいいことを口にしよう
- 二つ どんなときも笑顔でいよう
- 三つ 自分から先に挨拶しよう
- 四つ 相手の話到最后まで耳を傾けよう
- 五つ 他人と比較せず、過去の自分と比較しよう

六つ 相手の短所ではなく、長所を見よう
この「南中 幸せを呼ぶ六箇条」は、本日配布の学校便り「芽吹き 152号」に掲載します。ぜひ、読み返してください。

結びに、春休み中も、困ったことや悩みがあったら、信頼できる3人以上の大人にSOSを出してください。信頼できる大人が見つからない場合は、iPadにダウンロードした「中野区SNS相談窓口『STOP it』」をはじめ、メールや電話相談でSOSを出してください。改めて、本日配布の学校便りの裏面に、相談先の一覧を掲載します。

「FOR2050(2050年に向けて)～東京一さわやかなあいさつのできる学校～」のもと、来年度も一人ひとりの強みを生かして、笑顔で毎日を送っていきましょう。

4月6日(水)、東京一さわやかなあいさつで、笑顔の皆さんに会えることを楽しみにしています。



不安や悩みがあるときは… 一人で悩まず、相談しよう



中野区立学校用
令和4年3月版

東京都いじめ相談ホットライン

いじめ、不登校、友人関係、発達障害、自傷行為等に関する相談

24時間対応 **0120-53-8288**

メール相談

東京都教育相談センターホームページの「メール相談」をクリック

東京都教育相談センター

相談ほっとLINE@東京

都内の中学生・高校生向けのSNS相談

毎日 15:00~23:00 ※受付は22:30まで

東京都教育相談センター

中野区立教育センター 教育相談室

例) 子供の性格や行動、不登校、学校生活、子育て等に関する相談

03-5937-3083

月～金 午前10時～午後5時
※祝日(振替休業日を含む)と年末年始休業日を除く

中野区教育委員会

24時間子供SOSダイヤル

いじめの問題やその他の子供に関する相談全般

24時間対応
フリーダイヤル **0120-0-78310**

全国統一ダイヤル

こころといのちのほっとライン

生きることに悩んでいる人のための相談

はなしてなやみ

0570-087478

毎日 12:00～翌朝5:30

東京都福祉保健局

話してみなよ 東京子供ネット

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

フリーダイヤル **0120-874-374**

平日 9:00～21:00 土日祝日 9:00～17:00
(年末年始を除く)

東京都児童相談センター (子供の権利擁護専門相談事業)

性暴力救援ダイヤル NaNa

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応

03-5607-0799

性暴力救援センター・東京

考えよう! いじめ・SNS@Tokyo

いじめ防止とSNSの適切な利用に役立つウェブサイト・アプリ

◆「こころ空模様チェック」アプリを使って、東京都いじめ相談ホットラインに電話ができます。

◆こたエールのネット相談受付フォームにつながります。

東京都教育委員会

よいこに電話相談

学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに **03-3366-4152**

聴覚言語障害者相談(FAX) **03-3366-6036**

平日 9:00～21:00 土日祝日 9:00～17:00
(年末年始を除く)

東京都児童相談センター

ヤング・テレホン・コーナー

非行、いじめ、不登校、犯罪被害等に関する相談

24時間対応 **03-3580-4970**

◆月～金 8:30～17:15 専門の担当者(心理職、警察官)

◆夜間、土日祝日 宿直の警察官 が対応

警視庁 少年相談室

こたエール

ネット・ケータイのトラブル相談 **0120-1-78302**

電話相談

LINE相談 アカウント名「相談ほっとLINE@東京」

メール相談

月～土 15:00～21:00(祝日・年末年始を除く)

LINE相談は20:30まで受付 メール相談は24時間受付

こころの電話相談

心の健康に関する相談

平日9:00～17:00(土日祝日、年末年始を除く)

港、新宿、品川、目黒、大田、世田谷、渋谷、中野、杉並、練馬 **03-3302-7711**

東京都立精神保健福祉センター

こころの電話相談室

子どもの行動や心の発達等に関する相談

042-312-8119

月～木 9:30～11:30 13:00～16:30
(祝日、年末年始を除く)

東京都小児総合医療センター

こども110番

03-5937-3652

月～金 午前10時～午後6時
※時間外は留守番電話になります。

中野区SNS相談窓口 「STOP it」

対象 区立中学校に通う生徒 受付 平日 17:00～22:00

不安や悩みは誰にでもあります。身近にいる信頼できる大人や、上にある相談機関に相談してみましよう。

中学生・高校生のみなさんへ
～ 不安や悩みを話してみよう ～

もうすぐ新年度を迎えます。受験等の進路の問題や、家庭内の問題、あるいは友人関係などで、不安や悩みを抱えている人はいませんか。

誰にでも悩みや不安はあります。悩みや不安を一人で抱え込まず、家族、先生、スクールカウンセラー、周りの友達、誰にでもいいからあなたの悩みを話してみませんか。必ずあなたの味方になってくれる人がいます。周りの人に相談しづらいときは、電話やメール、ネットで相談できる窓口もあります。気軽にあなたの悩みを話してみてください。人に相談することは決して恥ずかしいことではなく、社会で生きていく上で必要な大切なことです。

あなたの周りに元気がない友達がいたら、積極的に声をかけて、信頼できる大人につないでください。また、自分や友人が悩みや不安を抱えた時に相談できる機関として身近なところにどのようなところがあるのか調べてみてください。

電話やメール、ネット等の相談窓口

相談窓口の紹介動画

(リンク先には警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。)



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm



令和4年3月
文部科学大臣 末松 信介

保護者や学校関係者等のみなさまへ

新年度には児童生徒等の環境が大きく変化することもあり、不安や悩みを抱える児童生徒等が増え、自殺者数が大きく増加する危険性があります。

- ・ これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う
- ・ 成績が急に落ちる
- ・ 注意が集中できなくなる
- ・ 身だしなみを気にしなくなる
- ・ 健康管理や自己管理がおろそかになる
- ・ 不眠、食欲不振、体重減少などのさまざまな身体の不調を訴える

保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、こうした子供の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、子供たちの不安や悩みの声に耳を傾けて適切に受け止めていただくとともに、学校、家庭、地域、警察や医療機関などの関係機関等で緊密な連携体制を築いていただきますようお願いいたします。

電話やメール、ネット等の相談窓口

(リンク先には学校や警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。)



じかん こども つらわりようむりょう
24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)

な や み い お う
0120-0-78310

こま いじめで困ったり、ともだちのことで不安や悩みがあったりしたら、
ひとり なやみ でんわ そうだん
一人で悩まず、いつでもすぐ電話で相談してください。



https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm

令和4年3月
文部科学大臣 末松 信介



春休みも

感染症対策を続けよう

できていたら にチェック を入れましょう

毎日検温し、健康観察をしていますか？
発熱だけでなく、せき、のどの痛み、息苦しさ、だるさ等の症状があるときは、外出せず受診しましょう。



外出するときは、不織布マスクを着用していますか？
鼻出しマスク、あごマスクはNG！ [正しいマスクの着用方法はこちら](#) →

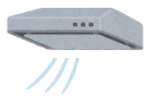


体調がすぐれないときは、外出しないようにしていますか？
体調がいつもと違うと感じるときは、無理せず自宅で過ごしましょう。

手洗い、手指消毒をしていますか？
帰宅時、食事の前後、共用物を触った後などは、手洗いや手指消毒を行います。
[正しい手洗いの方法はこちら](#) →



屋内では換気を徹底していますか？
教室や体育館など、屋内で過ごす場合は必ず換気をしましょう。
家庭では、レンジフードによる換気も効果的です。[換気の方法はこちら](#) →



家族以外と食事中会話をしている際は、マスクをしていますか？
食事中にマスクを外して会話をしている、感染が広がった例があります。



飲み物やお菓子を、友達と回し飲み・回し食べしていませんか？
ペットボトルを回し飲みしたり、食事のときに箸を共用したりしないようにしましょう。

生徒同士の旅行や飲食をしたり、カラオケに行ったりしていませんか？
旅行や飲食、カラオケ等を介して感染が広がった例があります。春休み中も気を付けましょう。

保護者のみなさまへ

- 健康観察は、ご家族の方も実施し、体調がすぐれない人がいるときは外出を控えてください。
- 春休み明けに、お子様やご家族の体調がすぐれない場合は登校しないようにしてください。
- ワクチン接種を希望する場合は、お住まいの地域の接種相談窓口やホームページを確認して早めに接種しましょう。東京都の大規模接種会場でも、接種できます。[情報や予約はこちら](#) →

