

## 都立〇〇学校に通う生徒の皆さんへ

- 新学期が始まりました。皆さんは、今、学校生活を楽しんでますか。  
保護者の方や学校の先生たちは、皆さんが楽しく充実した学校生活を送ってほしいと願っています。
- 充実した学校生活を送るためには、友人や先生などと心を通わせて、良好な人間関係を普段から築くとともに、学校の集団生活における決まりや社会のルールを守ることが大切です。
- しかし、学校生活を送る上で、困ったことや納得できないことが起きた時などは、不安や不満、怒りなどの感情が湧くことがあるかもしれません。皆さんにとって、こうした感情と上手に付き合っていくことも重要です。
- そして、自分たちだけでは解決できないと思った時には、まず、保護者の方や先生など身近な大人に相談してみましょう。もし、大人への相談が難しいと感じたら、東京都教育相談センターなどの相談機関を利用することができます。また、LINEで気軽に相談できる「相談ほっとLINE@東京」という方法もあります。これらの相談窓口は皆さんを全力でサポートしてくれます。
- ところで、皆さんがよく使うSNSは便利な反面、軽い気持ちや何気ない言葉などの書き込みによって人を傷付けることがあります。また、写真や動画等をSNS上に一度流出させると完全に消去することはできなくなります。こうしたSNSの危険性を正しく理解してください。
- 皆さんが夢と希望を胸に、未来に向かって大きく羽ばたいていけるよう、保護者の方や学校の先生、地域の皆さんと一緒に、東京都教育委員会は心から応援しています。

平成31年4月11日  
東京都教育委員会

【参考】東京都教育相談センター 0120-53-8288(24時間受け付けています。)

LINE相談「相談ほっとLINE@東京」QRコード→ → → →

