



生徒支援からのメッセージ②

今回は「いのちの大切さ」についてです。みなさんは、こんな気持ちになったことはありませんか？



休んでも・逃げてても楽にならないな。

将来、どうすればいいか分からない。

自分は必要とされていないのかも。



『休んでも楽にならない』と思うときは、まだまだ休みが足りないのかもしれませんが。人はそれぞれ「成長する早さ」が違います。周りと同じじゃなくてもいいんです。たとえ今、学校を休んでいても、将来、自分の目標を見つけて努力して大成（素晴らしい実績を残す人）した人はたくさんいます。

『将来についてどうすればいいか分からない』と思う人は、心配しなくても大丈夫です。なぜなら、今見えなくても、大人になってから徐々に見えてくることもあるからです。それまでは、好きなこと、楽しいこと、得意なことをたくさん見つけてください。それがあなたの強みとなり、いつか大きな力になります。

『自分は必要とされていないのかも』と思うときは、ぜひ、あなたが周りに優しくしてみてください。きっと優しさを返してくれる人がいるはずです。もし今、いなくても、いつか優しさを返してくれる人が見つかるかもしれません。そのために「優しさ貯金」をしてみてください。

人それぞれいろいろな考えがあります。考えが合う・合わない人もいます。だから、友達の間で何気ない一言に傷ついたり、自分を責めたりすることもあるかもしれません。でも、あまり考えすぎずに、自分を大切にしてください。

あなたは、あなたとして生まれたことが尊いことなのです。

そして、もっともっと自分を大切にしてください。

みなさんは、大切にかけがえのない存在です。



hibarinはみんなの味方だよ！

生徒支援・いじめ対策推進室
イメージキャラクター「hibarin」

【一人ではやまないで、そうだんしてみよう】

- いばらき子どもSNS相談
URL: <https://line.me/R/ti/p/@190ostfe>
- 子どもホットライン
TEL: 029-221-8181
- 24時間子どもSOSダイヤル
TEL: 0120-0-78310

まもなく学校が始まりますが、心配事や不安なことはありませんか。

誰かに話をすることで、気持ちが楽になったり、問題が解決したりすることがあります。

いろいろな相談窓口がありますので、気軽に相談してみてください。

24時間子どもせんよう
でんわそうだん

じぶんのこと、友だちのこと、
しんぱいなこと...
あなたのこえをきかせてください



なまえはいわなくても
だいじょうぶ

TEL 029-221-8181

365日24時間いつでもおまちしています

E-mail 子どもホットライン

24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310



どんな小さな
悩みでも気軽に
相談してね!
あなたのヒミツ
は守ります

いじめや体罰の相談 一人でなやまず連絡してね

茨城県いじめ・体罰解消サポートセンター

<https://www.edu.pref.ibaraki.jp/ijimekaisho/>



茨城県いじめ・体罰解消サポートセンター

電話での相談はこちら↓↓↓

「いじめなくそう!ネット目安箱」

メールや掲示板へのかきこみにより、匿名での相談も
できます。

※ヒミツは守られます



スマートフォン・
携帯電話の方は
こちらから



茨城県教育委員会 のHPからもアクセスできます

開設日時：月～金 9:00～17:00

県央地区 029-221-5550

県北地区 0294-34-4652

鹿行地区 0291-33-6317

県南地区 029-823-6770

県西地区 0296-22-7830

「いばらき子どもSNS相談」の登録方法

LINE の場合



LINEを使っている人は、上の二次元コードをLINEアプリで読み取って友だち登録しましょう。

Web の場合



LINEを使っていない人は、上の二次元コードからアクセスしましょう。スマホを持っていない人は、パソコンなどから下のURLを打ち込んで、Webページをお気に入りやホームページ面に登録しましょう。

<https://pref-ibaraki.coco-chaport.jp>

ほかの相談窓口

子どもの教育相談

少年相談コーナー
(非行、犯罪被害など)

子どもの人権110番
(いじめ、体罰、人権問題など)

- 茨城のちの電話
- 児童相談所
(児童虐待、引きこもりなど)

詳しくは、こちらへ

