

中学生・高校生みなさんへ

夏休みが終わり、新学期が始まりますが、みなさんは今どんな気持ちでいますか。勉強や進路について悩んだり、ご家族との関係、あるいは友人関係などで、不安を抱えていたりする人もいるのではないのでしょうか。

誰でも悩みや不安はあるものです。そんな時には、一人で抱え込まずに、家族、先生、保健室の先生、スクールカウンセラー、周りの友だちなど、話せる人に悩みや不安を話してほしいと思います。誰かに話すことで気持ちが楽になることもあります。

身近な人に話しにくい時には、電話相談や SNS 相談など、様々な方法で相談ができる、「心と学びのサポートセンター『つながん』」があります。匿名でも相談ができるので、「こんなこと相談していいのかな」と思うことでも、安心して話してみてください。悩みの大きさは関係ありません。「話を聞いてほしい」そんな気持ちだけでも大丈夫です。大切なのは、あなたが一人で抱え込まず、誰かとつながることです。

また、「何かあったらお互い相談しよう。」という雰囲気を、みなさん同士でつくっていくことも大切です。あなたの周りで悩んでいる人がいたら、ぜひ、声をかけてみてください。

群馬県教育委員会は、先生方とともに、みなさんを全力で応援します。あなたの話を聴いてくれる人はいます。みなさんは一人ではありません。みなさんが安心して、毎日の生活を送ることができるよう願っています。

令和8年8月 群馬県教育委員会
教育長 平田 郁美