



生活指導通信

No. 6

《2学期の学校生活を、安心・安全に》

長かった夏休みが終わり、学校生活が再開しました。夏休み明けの登校では、これまでのところ大きなけがや事故もなく、生徒たちは落ち着いて学校生活をスタートすることができています。友達との再会を喜び姿や、授業・行事に前向きに取り組む姿も見られ、順調なスタートを切ることができました。

学校では、夏休み明けという節目に、生徒たちが安心して学校生活を送ることができるよう、改めて生活の様子を見守っています。特に、友人関係や学校生活の中での小さな変化にも気を配りながら、生徒一人一人の様子を丁寧に見ていきたいと考えています。

また、今回、4省庁の大臣から生徒の皆さんに向けたメッセージがあり、学校でもその内容を生徒に伝えました。自分自身や周りの人を大切にし、安心して学校生活を送るために、一人一人に考えてほしい内容です。今回の通信では、そのメッセージの資料も併せて掲載しますので、ご家庭でもぜひ一度ご覧ください。

学校では、生徒たちの変化や困りごとを見逃さないよう、これからも教職員で連携して見守っていきます。一方で、学校では気づくことのできない変化や、家庭だからこそ気づける様子もあると思います。

「最近、少し元気がないように感じる」「学校で何か困っているのではないか」「友人関係で気になることがある」など、どんなに些細なことでも、気になることがありましたら、いつでも学校へご相談ください。

大きな問題になってからではなく、「ちょっと気になる」という段階で学校と情報を共有していただくことが、生徒たちの安心につながります。学校とご家庭が一緒になって生徒たちを見守り、安心・安全な学校生活をつくっていききたいと思います。

今後とも、学校教育へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

わか せだい
若い世代のみなさんへ

夏休みが明け、新学期が始まりましたね。不安を感じて、眠りづらくなったりしていませんか。学校のこと、将来のこと、友人や家族のことで悩んだりしていませんか。

悩みや不安を言葉にしたり、誰かに話したりすることで、気持ちが楽になることもあります。家族や友人など身近な人に話したり時には、SNSや電話で相談できます。自分の名前を言わなくても大丈夫ですし、うまく言葉にならなくても大丈夫です。一人で抱え込まないで、あなたの気持ちや悩みをありのまま伝えることのできる場所があります。

もし、あなたのまわりでいつもと様子が違うと感じる人がいたら、声をかけて、信頼できる大人に伝えてください。その一歩が、悩んでいる人にとっては、大きな支えとなります。



令和8年9月1日

厚生労働大臣

文部科学大臣

子ども政策担当大臣

孤独・孤立対策担当大臣

上野 賢一郎

まつもと 洋平

黄川田 仁志

黄川田 仁志

厚生労働省ウェブサイト「まもろうよこころ」

電話やSNSの相談窓口等を分かりやすく紹介

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



あなたの声を聞かせてください

何となく不安を感じたり、心がもやもやしたりしていませんか。心の不調が身体の不調につながっていませんか。

悩みをお持ちの方、困っている方は、どうか一人で抱え込まないでください。ご家族やご友人など、身近な人に話してみること、気持ちが少し楽になることもあると思います。身近な人に相談しづらい時には、匿名で相談できる電話やSNSでの相談窓口もあります。

また、身近な人の様子がいつもと違うと感じた時には、声をかけてみてください。特にこどもは、長期休暇明け前後に、不安を感じたり、悩んだりすることがあります。こどもたちと関わる大人の皆様は、こどもの態度に現れる小さなサインに注意してみてください。

皆さんが不安や悩みを一人ひとりで背負わなくてよいような環境を一緒に作っていきます。



令和8年9月1日

厚生労働大臣

文部科学大臣

子ども政策担当大臣

孤独・孤立対策担当大臣

上野 賢一郎

まつもと 洋平

黄川田 仁志

黄川田 仁志

厚生労働省ウェブサイト「まもろうよこころ」

電話やSNSの相談窓口等を分かりやすく紹介

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



《生徒会選挙～自分たちの学校を、自分たちの手で～》

10月9日、生徒会役員選挙が行われます。9月8日に立候補者の募集が始まり、現在、立候補した生徒たちによる選挙活動が行われています。

立候補者たちは、自分が目指す学校の姿や、生徒会活動への思いをそれぞれの言葉で伝えようと、積極的に活動しています。朝の時間や休み時間などにも一生懸命に呼びかける姿が見られ、学校をよりよくしていこうとする意欲が感じられます。

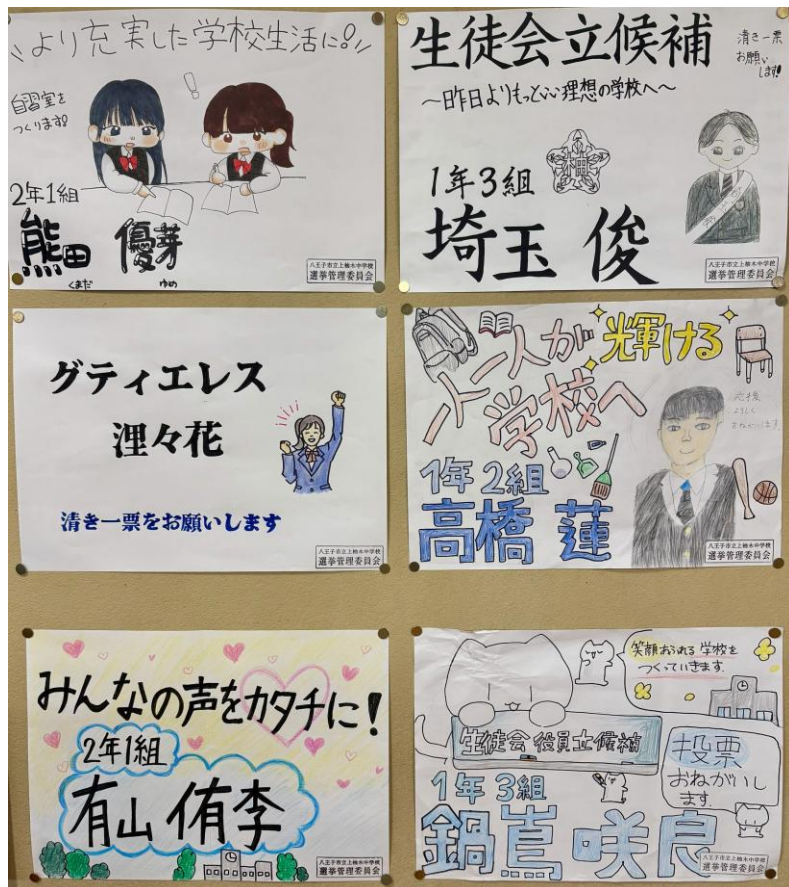
また、今回の選挙では、選挙管理委員会の生徒たちが中心となって、選挙の準備や運営を進めています。教員がすべてを準備して行うのではなく、生徒たち自身が考え、役割を分担し、責任をもって運営することに大きな意味があります。

生徒会役員選挙は、単に「誰に投票するか」を決めるだけの活動ではありません。立候補する生徒にとっては、自分の考えを人に伝えることや、責任をもって行動することを学ぶ機会になります。また、選挙管理委員の生徒にとっては、準備や運営を通して、協力することや責任を果たすことの大切さを学ぶ機会となります。そして、投票する生徒たちにとっても、候補者の考えを聞き、自分の意思で一票を投じるという経験があります。

こうした経験の一つ一つが、これから社会の中で生きていくために必要な力につながっていきます。

学校としても、今回の生徒会役員選挙を単なる学校行事として終わらせるのではなく、生徒たちが「自分たちの学校を、自分たちの力でよりよくしていく」という意識を育てる機会として大切にしていきたいと考えています。

ご家庭でも、お子様から選挙活動の様子や立候補者の話などが出ましたら、ぜひ耳を傾けていただきたいと思います。今回の経験を通して、生徒たちがどのようなことを感じ、何を学び、どのように成長していくのか、楽しみに見守っていただければと思います。



《コラム①「守破離」から考える、成長すること》

最近、『日本の道はなぜ人を磨くのか』という本を読む機会があり、その中で紹介されていた「守破離(しゅはり)」という言葉が印象に残りました。

「守破離」とは、何かを身につけ、成長していく過程を表した言葉です。

まずは、教えられたことや基本の型を大切に「守」。次に、基本を身につけた上で、自分なりに工夫し、型を少しずつ破っていく「破」。そして最後に、型から離れ、自分自身の考えや方法を確立していく「離」。

これは、武道や芸道だけではなく、人が成長していく上でも大切な考え方なのではないかと感じました。

中学生の時期は、「なぜ決まりを守らなければいけないのか」「自分のやり方でやりたい」と考えることも増えてきます。しかし、基本やルールを身につける「守」の段階を大切にすることこそ、その先に自分らしい考え方や行動が生まれてくるのだと思います。

学校生活の中にも、「守破離」につながる場面がたくさんあります。まずは基本を大切にすること。そして、学んだことをもとに自分で考え、工夫し、やがて自分自身の力で判断して行動できるようになること。これも一つの成長の姿です。

ぜひご家庭でも、「最近、自分で考えて行動できるようになったことはある?」「今、自分は『守・破・離』のどの段階かな?」など、話題にしてみたいかがでしょうか。

学校と家庭で、子どもたちの「成長する力」について一緒に考えていければと思います。



《コラム②私が大切にしている言葉》

私が大切にしている言葉の一つに、「人事を尽くして天命を待つ」という言葉があります。

学校生活でも、日々の生活でも、心配なことや気になることはたくさんあります。「大丈夫かな」「どうなるかな」と考え始めると、不安ばかりが大きくなってしまふこともあります。

そんなときこそ、自分にできることを精一杯やったら、あとはどーんと構えておく。私は、この考え方を大切にしています。

もちろん、何もしないで結果を待つという意味ではありません。自分にできる準備や努力をしっかりとした上で、最後は結果を必要以上に心配せず、落ち着いて受け止めるということです。

これは、ぜひ生徒たちにも身に付けてほしい力だと思っています。

テスト、部活動、友人関係、進路など、これから先、思い通りにならないことや不安になることもたくさんあるでしょう。だからこそ、「今、自分にできることは何か」を考え、それをしっかりやったら、あとはどーんと構える。

そんな強さを持った人に成長してほしいと思っています。



《コラム③計画的に物事を行うために》

「0にしない」ということ

物事を計画的に進めることは、とても大切です。私自身、これまで何かを始めるときには、「いつまでに終わらせるか」を考え、そこから逆算して取り組むことを大切にしてきました。

しかし、最近は、計画どおりに最後まで終わらせること以上に、「途中であってもコツコツ続けること」が大切なのではないかと感じています。

例えば、「今日は勉強を2時間やろう」と計画していたとしても、忙しかったり、疲れていたりして、2 時間でできない日もあります。そんなときに「2時間でできないから今日はやらない」としてしまわずに、**30分でもいいからやってみる。大切なのは、0にしないことです。**

30分の積み重ねは、1日では小さなものかもしれませんが。しかし、それが1週間、1か月、1年と続けば、大きな力になります。

「完璧にやらなければ意味がない」と考えてしまうと、なかなか行動に移せないことがあります。だからこそ、少しでもいいから動くこと、続けることを大切にしてほしいと思います。

勉強でも、運動でも、生活習慣でも同じです。

できるときに頑張るだけでなく、できないときにも「0にしない」。

生徒たちには、目標に向かって一歩ずつ進み続ける力を身に付けてほしいと思っています。ご家庭でも、「今日はどれくらいできた？」だけでなく、「今日は少しでも続けられたね」と、過程や継続にも目を向けていただければと思います。

