

安全指導だより 9月号

令和7年9月1日（月）
西東京市立田無第四中学校
生活指導部 安全指導係

<悩み、もやもやは思い切って相談しましょう>

先週から2学期が始まり、久しぶりの学校です。みんなに会えることが楽しみだった人もいれば、色々な不安やなんとも言えない緊張を感じながら登校した人もいると思います。

さて、みなさんには小学校のころから、子どもを対象としたいろいろな相談機関があることは知らされていると思います。1学期にも配布物や集会などの先生の話の中など、様々な場面で「悩みを相談できる場所」を示してきました。

「こんなこと、他の人からしたら大した悩みじゃないよな」「こんなことで相談するの恥ずかしいな」「相談したってどうせ何も変わらないだろうな」など様々な思いもあるかもしれませんが、心に引っ掛かることやもやもやすること、不安など（もちろんそれ以外でも）がある人は、思い切って相談してみるもの良いと思います。相談の方法も「電話」「メール」「SNS」「アプリ」など様々なものがあります。気になる人は以下のHPなどを見てみると良いと思います。その他にも【悩み相談 中学生】と検索すると色々な情報や相談機関が出てくるので見てみてください。

※ ただし、自分で検索して利用するときには、その相談機関がどういったところなのかを見るようにしましょう。怪しいサイトや、実は悪いことを目的としたサイトに騙されないように十分注意してくださいね。



SNSで相談する

こころのホットチャット
生きづらびっと
あなたのいばしょチャット相談
BOND プロジェクト（女性専用）



電話で相談する

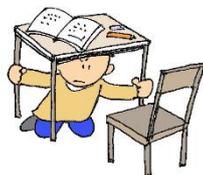
よりそいホットライン
チャイルドライン
いのちの電話
子どもの人権110番
24時間子供SOSダイヤル



窓口で相談する

教育来所相談（北新宿）
※ 事前予約必要

<9月1日は防災の日です>



9月1日が防災の日というのを皆さんは知っていますか？9月1日は、1923年に関東大震災が発生した日であるとともに、暦の上では二百十日に当たり、台風シーズンを迎える時期でもあり、また、昭和34（1959）年9月26日の「伊勢湾台風」によって、戦後最大の被害（全半壊・流失家屋15万3,893戸、浸水家屋36万3,611戸、死者4,700人、行方不明401人、傷者3万8,917人）を被ったことが契機となって防災の日が創設されました。政府や地方公共団体だけでなく、広く国民の一人一人が台風、高潮、津波、地震などの災害について、認識を深め、これに対処する心がまえを準備しようというのが、『防災の日』創設のねらいです。

学校では定期的に避難訓練を実施し、災害発生時にどのように行動すればよいかを確認しています。防災の日をきっかけに、ご家庭でも災害発生時の行動や心構えについて話をする機会を作っていただければと思います。裏面には災害の「備え」チェックリストを記載しています。ぜひご活用ください。