



東中学校だより(2) 令和3年4月23日

麓あかくそびえて建てり 校歌の一節より

佐久市立東中学校

〒385-0007 佐久市新子田 1396-1

Tel. 67-2392



4月の東中生

84名の新入生が入学し、261名でスタートを切った東中ですが、キラリと輝く姿が随所に見られました。そんな姿を増やすことも大切ですが、後輩の、先輩の、仲間の、時には気の合わない人であってもそのよさを認められる、見つけられる東中生であってほしいものです。それが本年度の重点目標の一つである「自主・自立」につながってもいくのだと思います。

あいさつ運動に励み・応える東中生



「おはようございます！」の大きな声が響き渡る朝の校内。近寄っていくとあいさつ運動に励む校風委員の生徒たち。それに自然と応える全校生徒。毎朝、言葉と心の交流から東中の生活は始まっていた。

今日、学年の先生方から中学校で大切にしていること、中学校の生活について話をしてもらいました。その話の中で、私が力を入れていきたいことは「あいさつ」です。すれ違った人には誰にでもあいさつをして、レベルアップしていきたいです。(一年生の生活記録より)

自分のレベルアップでしょうか、東中のレベルアップでしょうか。それとも両方なのでしょうか…。

「聞く」「聴く」の違いがわかる東中生



「人の話を聞く」ことは中学生に限らず大人の世界でも大切なこと。音声だけを「聞く」のならどっちを向いていても聞ける。部活動説明会の際、1年生たちは誰に言われるでもなく、話している人に体を向けて「聴」いていた。その字が示すように「耳」も「目」も「心」も向けて「聴」いていた。

言われたことができない、自分のことができないのは三流です。言われたことしかできない、自分のことしかやらないのは二流です。言われたこと以上にやる、自分のことじゃなくてもやるのが一流です。そして、そのやり方を考え工夫して、よりよくやろうとするのが超一流です。ぜひ超一流を目指して活動に励んでください。(部活動係の先生より)

膝をついて雑巾がけする東中生



掃除中の校内を見渡すと膝をついて雑巾がけする生徒ばかり。立ち止まって聴いてみると「当たり前のこととしてやっていました」と応える男子生徒。しかも近くには先生はいない。やらされているわけではないことを表している。

本年度の重点目標の一つに「挨拶や清掃」があるが、どうやら清掃を挙げているのは「きれいな学校」を目指してのことではないのだろう。男子

生徒が言うように「当たり前を大切にできる人」を目指して今日も清掃が行われているのだ。

PTA 第1回理事会・代議員会・各部会



4月16日(金)に会合があり、顔合わせと活動の確認ができました。本年もよろしくお願いいたします。

新しい学校生活での不安や悩みはいつでも気軽に相談しよう！

新学期はいつもと違う生活の中で、知らず知らずのうちに心に疲れや不安を抱えてしまう人もいたかもしれません。そんな時は、思い込まずにまず話してみましょ！

◇学校の先生に話してみよう！〔クラスや学年の先生、保健室の先生、田子先生(スクールカウンセラー)〕

⇒「ちょっとだけ話を聞いてもらえますか?」「相談したいことがあるのですが、いいですか?」

◇お家の人に話してみよう！

⇒「なんとなく気持ちが落ち着かないんだ…」「最近、なんかつらいんだ…」

でも話せる人がいない…そんな時でもあなたの不安な気持ちを話せる場所があります。

◇学校生活相談センター・・・0120-0-78310 (24時間対応)

◇長野県こども支援センター・・・0800-800-8035 (月～土 10:00～18:00)

他にも長野県にはたくさんの相談窓口がありますよ。

ひとりで なやまないで

～だれかに話してみよう!～ (2021年4月現在)

総合相談窓口

● 長野県こども支援センター

(長野県こども若者局こども・家庭課)

子ども専用無料電話 0800-800-8035

大人専用 026-225-9330

子どもに関する相談全般に応じています。〔月～土 10:00～18:00〕

学校教育、いじめ、不登校など

● 学校生活相談センター (24時間子ども SOS ダイヤル)

(長野県教育委員会心の支援課)

0120-0-78310

いじめや不登校など学校生活に関わる相談に応じています。〔24時間〕

● 電話教育相談

長野県総合教育センター 0263-53-8811

東信教育事務所 0267-24-5570

南信教育事務所 0265-72-4647

飯田事務所 0265-53-0462

中信教育事務所 0263-47-7830

北信教育事務所 026-232-7830

学校生活や不登校など、教育上のあらゆる問題について、保護者や児童生徒からの相談に応じています。〔平日 9:00～17:00〕

養育上の悩みや非行・虐待など児童の福祉

● 児童相談所全国共通ダイヤル

いちはやく
189

虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。〔24時間〕

中央児童相談所 026-238-8010

松本児童相談所 0263-91-3370

飯田児童相談所 0265-25-8300

諏訪児童相談所 0266-52-0056

佐久児童相談所 0267-67-3437

児童福祉司や児童心理司などの専門職員が、18歳未満の子どもに関する様々な相談に応じています。〔平日 8:30～17:15〕

● 長野県児童虐待・DV24時間ホットライン

(長野県こども若者局こども・家庭課)

026-219-2413

児童虐待・DV(配偶者間暴力)に関する緊急の相談や通告、通報に応じています。〔24時間〕

● 長野県性暴力被害者支援センター

「りんどうハートなの」

(長野県こども若者局人権・男女共同参画課)

026-235-7123

性暴力被害にあわれた方を支援するための相談窓口です。〔24時間〕

● 性犯罪被害ダイヤルサポート 110

(長野県警察本部内)

0120-037-555 または ハートさん #8103

性犯罪に関する被害の相談ができる全国共通ダイヤルです。〔24時間 ※執務時間外は当直が対応〕



子どもの非行などの問題行動

● 少年サポートセンター ヤングテレホン

警察本部 026-232-4970

長野中央警察署 026-241-0783

松本警察署 0263-25-0783

上田警察署 0268-23-0783

伊那警察署 0265-77-0783

少年相談専門職員や警察官が、子どもの非行、いじめや犯罪の被害に関する相談に応じています。

〔警察本部 : 24時間 ※執務時間外は当直が対応〕

〔その他警察署 : 月～金 8:30～17:15〕

● 警察安全相談 (警察本部広報相談課)

026-233-9110 または #9110

犯罪等による被害の未然防止、DV(配偶者間暴力)、ストーカー被害等に関する相談に応じています。〔24時間〕

● 法務少年支援センター長野

善光寺下の青少年心理相談室(長野少年鑑別所内)

026-237-1123

非行問題を扱う専門機関として、心理の専門家などが相談に応じています。〔月～金 9:00～17:00〕

人権の問題

● 子どもの人権110番(長野地方法務局)

0120-007-110

人権擁護委員などが子どもの人権に関わる様々な相談に応じています。

〔平日 8:30～17:15〕

心の健康

● 長野県精神保健福祉センター

026-266-0280

心の健康や精神医療に関わる相談をはじめ、アルコール、薬物思春期の精神保健に関わる相談、発達障がいやひきこもり等に関する相談に応じています。〔平日 8:30～17:15〕

思春期の子どもの発育・発達や健康

● 思春期相談

(県内の保健福祉事務所)

(長野市保健所)

医師、保健師、心理師などが心や体の健康相談に応じています。

〔平日 8:30～17:15〕

民間団体が実施している電話相談

● チャイルドライン(長野県チャイルドライン推進協議会)

0120-99-7777

18歳までの子どもの声に耳をかたむけ、その心を受け止めたり相談に応じたりしています。〔毎日 16:00～21:00〕

● 子育てひといきホットライン(ながの子どもを虐待から守る会)

026-268-0008

子どもを虐待から守る、虐待をしないための相談に応じています。

〔火・木 10:00～14:00 土 10:00～12:00〕

● いのちの電話(社会福祉法人長野いのちの電話)

長野いのちの電話 026-223-4343

松本いのちの電話 0263-29-1414

誰にも相談できずに苦しんでいる人の悩みに応じています。

〔毎日 11:00～22:00〕