



東中学校だより(2) 令和4年5月20日

# 莞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 文責:召田幸司(教頭)



## 私たちが目指すもの「咲 ～一人一人の色を开花させよう～」

生徒会役員の気持ちからすれば体育館で生徒総会を実施したかったことでしょう。しかし、その語り方、それまでの準備を思い浮かべられる進行など、役員の姿勢は“流石”の一言に尽きると思いました。生徒会長の谷津さんの生徒会テーマに込めた思いを文字でもう一度確認してみましょう。

東中学校令和4年度生徒会テーマ

### 咲 ～一人一人の色を开花させよう～

<テーマの提案にあたって>

私たち役員会では、令和4年度の生徒会のテーマを「咲(さく)」にしたいと考えました。私たちがこのテーマにした理由は、よりよい東中学校を創っていく中で全校の皆さん一人一人の才能を大切にしたいと思ったからです。

みんな顔や性格が違うように、それぞれの個性や発想、能力も違います。その個性、発想、能力といった一人一人の才能を発揮する＝咲かせて、東中学校を彩っていきたいと思い、「咲(さく)」にしました。

また、才能を活かし協力し合うことで、大きな力となり様々な行事や活動がよりよく、楽しいものになると思います。

全校で力を合わせてやり遂げることも大切に、東中学校を創り上げたいと思います。

<サブテーマについて>

サブテーマは「一人一人の色を开花させよう」にしました。これは、メインテーマの意味を補うようになっています。まず、「色」というのは一人一人の個性、発想といった才能を表しています。

次に「开花」ですが、开花には花が開くことというものと物事が盛んになること、成果が現れることという2つの意味があります。「才能という色を开花させる」、また、色を花に例えて「花を咲かせる」というように繋がるのでこのサブテーマにしました。

役員全体で話し合い、「咲 ～一人一人の色を开花させよう～」というテーマに決めました。私たちは1年間、このテーマのもとで励んでいきたいと思っています。よろしくお願いします。



## 自転車の乗り方を今一度振り返ろう！(交通安全教室より)

陽気もよく、自転車に乗るには最高な季節となってきました。今一度、佐久市交通指導員の猿谷さん、内藤さんのお話を思い返して自分自身の自転車の乗り方を振り返ってみてください。

- ・昨年度佐久市内では29件の死傷事故がありました。
- ・「いきなり飛び出してきたり、一時停止しなかったりする東中生がいる」といった声も聞こえてきます。

- ・自転車は車と同じです。ブレーキの確認をしておきましょう。
- ・交差点では必ず一時停止をしましょう。

お二人とも「一時停止」といったキーワードを話されておりました。「ハインリッヒの法則」というものがあります。一つの重大な事故の背後には、その300倍の「ヒヤリ」「ハット」する事例があるというものです。佐久市内で昨年度29件の死傷事故があったそうですが、ということは約9000件の「ヒヤリ」「ハット」する事例があったと言えます。皆さんにもそんな経験はなかったでしょうか。重大な事故があって一番悲しむのは誰でしょう。その人を悲しませないために皆さんができることは何かをいつも意識して過ごしましょう！



# 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う！

◇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)

◇長野県子ども支援センター・・・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！～ (2022年4月現在)

### 総合相談窓口

- 長野県子ども支援センター  
(長野県子ども若者局子ども・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 1189  
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  
(長野県子ども若者局子ども・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  
「りんどうハートながの」  
(長野県県民文化部人権・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 #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。〔平日 9:00～12:15 13:00～17:00〕

### 人権の問題

- 子どもの人権110番(長野地方務局)  
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、アルコールや薬物等の依存症、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わ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 ※保健師相談のみ  
松本市保健所  
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〕

