

あやめ

文責:生徒指導主事 渡邊 英輝

もうすぐ夏休み！ひとりで悩んでない？

～ クロムブックの「ハムスター」をクリックしてみてね ～

いよいよ待ちに待った夏休みが始まりますね！部活に勉強、遊びなど、やりたいことがたくさんあると思います。

その一方で、長いお休みに入ると「友達と会えなくてなんとなく寂しい」「進路や勉強のことでモヤモヤする」「親にはちょっと言いにくい悩みがある……」なんて、心がすっきりしないこともあるかもしれません。そんな時は、ひとりで抱え込まずに、誰かにその気持ちを話してみませんか？

■ 相談の入り口は、みんなのタブレットにあるよ！

皆さんが使っている「一人一台タブレット」の画面を見てみてください。どこかに、かわいい「ハムスターのアイコン」がありませんか？

「ちょっと話を聞いてほしいな」「心がモヤモヤするな」と思ったら、いつでもそのハムスターをクリックしてみてください。



■ クリックするとどうなる？

いくつかの相談窓口（ラインで相談できるところ、電話で話せるところなど）が表示されます。自分が「こなら話しやすそうだな」と思う場所を自由に選ぶことができます。

■ どんなことを相談していいの？

「なんとなく不安」「イライラしちゃう」といった、言葉にしにくいモヤモヤでも全然 OK！どんな悩みでも、専門の相談員さんがあなたの味方になって話を聞いてくれます。もちろん、相談した内容が他の人に勝手に知られることはありません。

■ 保護者の皆様へ

長期休業中、お子様の様子で気になることや、小さな心のサインが見られた際は、ぜひ温かく寄り添っていただくと幸いです。南アルプス市では、子どもたちが自ら SOS を発信できるよう、端末内に「ハムスターのアイコン（相談窓口へのリンク）」を用意しています。ご家庭でも「ひとりでがんばりすぎないで。困ったときは、いつでもここに味方がいますよ。」と、ぜひ話題にしてみてください。

「誰かに話す」だけで、心がすっと軽くなることもあります。ひとりで悩まずに、いつでも頼ってくださいね。安心で楽しい夏休みにしましょう！

あなたの声を
聴かせてください



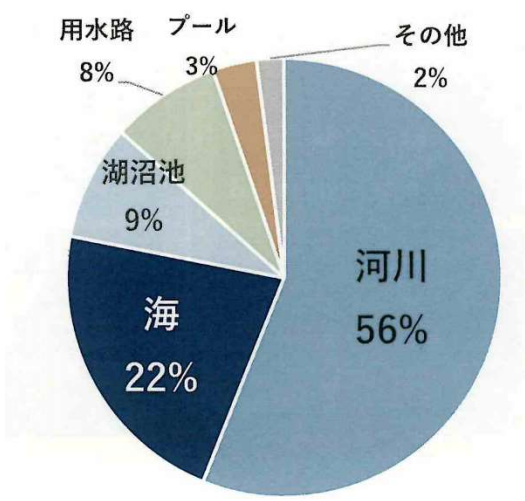
もし、あなたが悩みを抱えていたら、相談してみませんか？

夏の水難事故に注意！

「まさか」の油断が大きな事故に

いよいよ本格的な夏が到来し、川や海へ出かける機会が増える季節になりました。しかし、楽しいはずの水遊びが一瞬にして悲しい事故につながってしまうケースが後を絶ちません。

警察庁等の統計によると、驚くべきことに、水辺の事故による死者・行方不明者の発生場所の約56%が「河川」となっています。海よりも身近に感じる川ですが、実は最も危険が潜んでいる場所なのです。



■「これくらいの深さなら…」という油断が命取りに

川の事故で特に多いのが、「浅いから大丈夫だろう」という思い込みです。川の水の流れる力（水圧）は、私たちの想像を遥かに超えています。たとえ大人の膝や子どもの足首ほどの深さであっても、流れが速ければ足元をすくわれ、あっという間に流されてしまいます。また、川底は急に深くなったり、流れが複雑に渦巻いたりしている場所が少なくありません。

中学生以下の子どもの
場所別死者・行方不明者数
(H29-R7)

警察庁資料「水難の概況」より作成

「自分は大丈夫」と思わず、正しい知識と警戒心を持って、安全で楽しい夏休みを過ごしましょう。

輝く汗と絆！

～県選手権・県総体予選での熱戦を振り返って(続報)～

先週末までに行われた各大会の結果をお伝えします。

日頃の練習の成果を遺憾なく発揮し、最後まで粘り強く戦い抜いた生徒たちの姿は、学校全体に大きな感動と活力を与えてくれました。

惜しくも敗れてしまった部も、声を掛け合い、次の一歩へ向けてすでに前を向いています。これまでの努力は決して無駄にはなりません。



男子ソフトテニス部			
7/4(土)	県選手権	佐藤・米山 光宗・野中	2回戦 1回戦 に出場
女子ソフトテニス部			
7/4(土)	県選手権	新津・笠井 高野・東條	1回戦 1回戦 に出場
男子卓球部			
7/4(土)	県選手権(個人戦)	金川 堀越 齋藤 小尾	予選 予選 予選 に出場 2回戦
女子卓球部			
7/4(土)	県選手権(個人戦)	玉川 藤巻 名取 中村	予選 1回戦 1回戦 に出場 2回戦
剣道部			
7/4(土)	県選手権(個人戦)	鈴木 中込(ゆ) 花輪 岡田 真壁 中込(ま) 高坂	1回戦 1回戦 1回戦 1回戦 に出場 1回戦 1回戦 2回戦
陸上部			
6/27(土) 6/28(日)	通信陸上	男子総合	1位(10連覇)
		女子総合	4位
		山本	四種競技 関東出場決定
		堀内	1年100m 関東出場決定