

# 小学校(高学年)用

## 川口市立小学校の児童のみなさんへ

日差しも暖かく、春の訪れを感じられる季節となりました。まもなく

1年が終わり、春休みを迎えます。春休みは、1年間のまとめと次のステージに向けて準備をする時期でもあります。

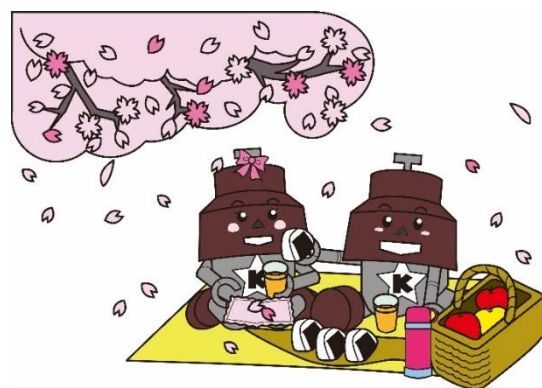
しかし、1年間を終えての安心感と次のステージに向けての期待や不安、生活環境等が変化することに大きなストレスを感じることで、心と身体のバランスを崩してしまう人もいるかもしれません。

家族や学校の先生は、みなさんが充実した日々を送り、元気な姿で4月の始業式を迎えることを楽しみにしています。もし悩みや不安があったら、一人で抱え込まず、家族や友達、先生に相談してみてください。

- 一人で悩んでいませんか？
- 一人でもがいていませんか？
- 一人で何とかしようと頑張りすぎていませんか？

- ★自分の心に耳を傾けてみてください。
- ★みんなの心に耳を傾けてみてください。
- ★悩みや不安があったら、SOSを発信してください。

- ※みんなの気持ちを受け止め、支えてくれる人がいます。
- ※寄り添ってくれる人や一緒に考えてくれる人がいます。
- ※あなたのことを大切に思っている人がいます。



きゅぼらん

令和5年3月  
川口市教育委員会