

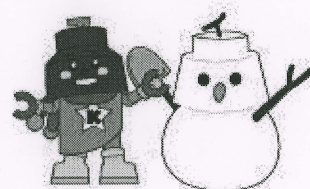
## 川口市立中学校・高等学校の生徒のみなさんへ

まもなく2学期が終わり、冬休みが始まります。今年はどんな1年でしたか？この年末年始は、今年1年を振り返るとともに、新たな目標を立てるよい機会です。みなさんが、良い新年を迎えられることを心から願っています。

さて、この時期は年末年始の慌ただしい雰囲気や冬休みに入った解放感、多くの人と接する機会があることから、生活リズムが乱れやすい時期でもあります。自分の心を大切に、生活リズムを整え、心と身体の健康に気を配って過ごしてください。

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3学期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。

- ★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。



川口市マスコットキャラクター  
きゅぼらん

- ※あなた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。

令和6年12月  
川口市教育委員会

・相談窓口の紹介動画



・電話やメール、ネット等の相談窓口



・24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310 (文部科学省ホームページより)  
(なやみ言おう)