

ほっかいどうきょういっくいんかい きょういっくちよう
北海道教育委員会 教育長メッセージ
— あたたかい心こころでつながろう —

児童生徒じどうせいとのみなさんへ

新型しんがたコロナウイルス感染かんせんしやう症おほに大きな不安ふあんを感じかんている人ひとがたくさんいると思おもいます。

「かからない、うつさない」ためのみなさんの行動こうどうは、大切たいせつな家族かぞくや友だちともを感染かんせんから守まもってくれます。それでも、もし身近みぢかな人ひとが感染かんせんしたら、早くはや治なおるよう励はげましてください。そして、戻もどってきたときは、あたたかく迎むかえてあげてください。

感染かんせんが広ひろがり「楽しみたのしみが、なくななった」「この先さき、どうなるのだらう?」「努力どりよくが報むくられない」「大好きだいすきな人ひとと離はなればなれでさみしい」「生きていることがつらい」と感じかんていませんか。生活せいかつや勉強べんきやう、家族かぞくや友だちともとの関係かんけいなど、さまざまなな悩みなやみやあせり、苦しくるみを一人ひとりで抱かかえこんでいませんか?

そんな時ときは、迷まよわず周まわりの大人おとなに相談そうだんしてください。電話でんわやメールで相談そうだんにのってくれる24時間じかん対たい応おうの窓まど口ぐちもあります。もし、どうしても相談そうだんすることができないときは、がんばること、がまんすることから、逃にげたり、休やすんだりするこをえらんでもいいのです。決けつして恥はずかしいことでも、自分じぶんが弱よわいと感じかんじることでもありません。自分じぶんを大切たいせつにする方法ほうほうのひとつなのです。どんなことがあっても、あなたは一人ひとりじゃない、きっとだれかが希望きぼうの光ひかりを照てらしてくれると信しんじてください。

あなたの隣となりにつらそうともな友だちともがいるかもしれません。そんな時ときは、「どうしたの?」と、声こえをかけ、友だちともの話はなしをやさしく聴きいてあげてください。そして、だれかに相談そうだんする手助てだすけをしてあげてください。

みなさんのあたたかい心こころをつないでいきましょう。



令和2年12月1日

ほっかいどうきょういっくいんかいきょういっくちよう
北海道教育委員会教育長 小玉俊宏



てごわい^{しんがた}新型コロナウイルスに^ま負けない!

「^かからない、^うつさない」^{ねが}ための行動をお願いします。

- ^{くち}マスクで^{はな}口と^{ひまつ}鼻をおおい、^と飛沫が飛ばないようにしましょう。
 ~^{がっこう}学校の中は^{なか}もちろん、^{こうきょうこうつうきかん}公共交通機関を使う場合にも^{ちゅうい}注意が必要^{ひつよう}です~
- ^て手洗いは、^{せつ}石けんと^{りゅうすい}流水で、^{こまめに}こまめに、^{ていねい}丁寧に (^{びょう}30秒 ^{おこな}程度) 行いましょう。
 ~^{せつ}石けんで ^{びょう}10秒 ^{あら}もみ洗い、^{りゅうすい}流水で ^{びょう}15秒 ^{まんご}すすぐと ^{すうひやくこ}100万個あつたウイルスが^{ひゃく}数百個に!~
- ^{じぶん}自分または^{かぞく}家族に^{ねつ}熱などの^{かぜ}風邪^{じょう}症状^{ばあい}がある場合は、^{とうこうまえ}登校前に^{がっこう}学校に^{れんらく}連絡をしてください。
 ~^{しゅうだん}集団生活をしている^{がっこう}学校の中^{なか}にウイルスを持ち込まないための^{たいさく}対策^{です}です~



そう だん まど ぐち
相 談 窓 口

- ^こ子ども^{そうだんしえん}相談支援センター (無料、^{むりよう}24時間^{じかんたいおう}対応)
- ^{でんわ}電話^{そうだん}相談 ☎ 0120-3882-56
- ^{メール}メール^{そうだん}相談 ✉ doken-sodan@hokkaido-c.ed.jp

- ^{そうだん}ライン^{こうこうせい}相談 (高校生^{たいしょう}対象)
- ^{みぎ}右のQRコードからアクセス



^{どうない}道内 (札幌市以外) の^{こうこうせい}高校生 →

^{さっぽろ}札幌市内の^{こうこうせい}高校生 →



- ^{でんわ}こころの^{そうだん}電話^{そうだん}相談
- ☎ 0570-064-556 (^{げつ}月~^{きん}金 9:00~21:00)
 (^{どにち}土日祝 ^{しゅく}10:00~16:00)

- ^{ほっかいどう}北海道いのちの^{でんわ}電話
- ☎ 011-231-4343 (24時間^{じかんたいおう}対応)

- ^{ほっかいどう}北海道^{しんがた}新型コロナウイルス^{かんせんしょう}感染症 ^{けんこう}健康^{そうだん}相談センター(電話^{でんわ}相談)
- ☎ 0800-222-0018 (24時間^{じかんたいおう}対応)