



# 『関わる力』



- (1) 第1回昇龍祭を成功させよう
- (2) 生活リズムを整え、規則正しい生活をしよう
- (3) 前期の振り返りをしよう

9月の下校時刻  
17:30

## 「いばらき子どもSNS相談」ご活用ください

茨城県内の中高生の皆さんへ

### 「いばらき子どもSNS相談」毎日開設しています！

令和4年度も、毎日 18:00~22:00 まで開設 (\*/∇/\*)



LINEで「友だち登録」すれば、すぐにカウンセラーさんに相談できますよ。  
どんな小さな悩みでも、一人で抱え込まず、気軽に相談してくださいね。

Q いつ相談できるの？

毎日18時から22時まで、相談を受け付けています。

Q だれが答えてくれるの？

専門のカウンセラーが、あなたの話をていねいに聴いてくれますよ。  
相談したことやあなたの秘密は守られますから、安心してお話ししてね。

Q SNSは苦手なんです・・・

そんなあなたにぴったりの、茨城県教育委員会で開設している相談窓口を紹介します。

このQRコードから  
登録してね！



「相談員さんと電話で直接お話ししたいな」	「深夜に急に不安なことができちゃった」	「直接会って、お話ししたいな」「親と一緒にいいな」	「メールなど長文で相談したいな」
「子どもホットライン」がおすすめてです。毎日24時間、相談員が電話を待ってるよ。メール・FAXでもOK！		「いじめ・体罰解消サポートセンター」がおすすめてです。どんな悩みでも聞いてくれるよ。	

24時間子ども専用電話相談  
自分のこと、友達のこと、心配なこと... あなたの声をきかせてください  
名前は言わなくても大丈夫  
TEL 029-221-8181  
365日24時間いつでもお持ちしています  
FAX 029-302-2166  
E-mail 子どもホットライン  
24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78319

【相談方法】電話・面談・メール・書き込み

【相談時間】月～金 9:00～17:00

【連絡先】県央 029-221-5550

県北 0294-34-4652

鹿行 0291-33-6317

県南 029-823-6770

県西 0296-22-7830

※ 詳しくは茨城県のHPを見てね ↑



茨城県教育委員会

42日間の龍ヶ崎中学校最初の夏休みがもうすぐ終わり、9月1日(木)からは前期が再開します。夏季休業中は、暑い日が続きましたが、生徒たちは、部活動や昇龍祭の準備活動に熱心に取り組んでいました。休み中、大きな事故や病気もなく過ごせたこと、ご家族の皆様のご配慮とご協力があったのことに感謝しております。

あと3日で学校生活が始まりますが、新型コロナウイルス感染症の流行は収まることなく、不安やストレスを抱えている生徒も多くいると思われます。茨城県教育委員会では、そのような生徒の不安や悩みを解消するため、SNSを活用した相談窓口を開設しています。夏季休業中に気になった出来事や、学校生活再開にあたり不安なことがありましたら、是非ご活用ください。また学校職員、スクールカウンセラー、相談員にもお気軽にご連絡をください。

## 昇龍祭の練習について

学校生活再開とともに昇龍祭の練習も始まります。龍ヶ崎で最初の昇龍祭になります。どの団も3年生が中心となってリーダーシップを発揮し、闘志がみなぎる演技を期待しています。悔いが残らないように頑張ってください。練習期間も気温が高くなるのが予想されます。体調管理には十分注意してください。

### 《練習期間の生活について》

- ①練習期間は汗ふきタオルや体操服の着替えを持参できるとよいでしょう。
- ②熱中症対策のため団の帽子をかぶりましょう。
- ③水筒を持参し、水分補給を十分にしましょう。
- ④朝食をしっかりと食べてから登校しましょう。