

## 夏休みを迎える 在家中学校の生徒のみなさんへ

今日で1学期が終わり、夏休みに入ります。夏休みは自分のために使える時間が増え、今までなかなか取り組めなかったことに挑戦したり、進路や部活動などで掲げた目標に向かって時間を費やし、自分自身を成功させたりできる絶好の機会です。そのような貴重な時間を無駄にすることなく、自分自身を厳しく律し、正しい生活習慣を継続させて心と体の健康を心がけてください。

1か月以上学校から離れ、個人で過ごす時間が増えることで、身の周りにある様々な誘惑に心を動かされ、足を踏み入れたくなることもあるかもしれません。しかし、行動に移す前に、少し立ち止まって考えてみてください。一時の興味や楽しさが自分自身や身の周りの大切な人を危険にさらし、これからの生活を台無しにしてしまうかもしれないということを。

また、一人で過ごす時間の中で、自分自身や身の周りのことについて深く見つめ直し、思い悩むこともあるでしょう。自分自身のこと、友だちのこと、家族のこと…。もしかすると「<sup>ばくぜん</sup>なんだか分からない漠然とした不安」で心がいっぱいになってしまうこともあるかもしれません。そして、あなた自身の正義感や責任感の強さ、人に心配や迷惑をかけたくないという優しさから、その不安や悩みを一人で抱え込み、大きく複雑にしている可能性があります。

今、心にある不安や悩みは誰もが抱えている思いと同じかもしれません。今ある思いを誰かに打ち明けてみてください。もしかすると、解決策を知っている人がすぐそばにいるかもしれません。解決策がわからなくても一緒に考え、不安や悩みの解消に向けて力を貸してくれる人はきっといます。



在家中のマスコット ポーちゃん

いずれにしても言えることは「あなたは一人ではない」ということです。

先生たちは、みなさんが充実した夏休みを送り、大きく成長した姿と明るい笑顔を見せてくれることを楽しみにしています。

令和6年7月 川口市立在家中学校 教職員一同