

令和7年7月18日

保護者の皆様

燕市立燕中学校
校長 近藤 宏

夏季休業中の生活について（お願い）

盛夏の候、保護者の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、7月24日（木）～8月24日（日）の期間、夏季休業となります。お子様との触れ合いを深めるよい機会にさせていただきたいと思っております。また、毎日の手伝いや役割をお子様と分担し、家族の一員としての自覚を高める機会としてください。

学校では、病気・事故・けが等のない充実した休業となるよう、以下の内容で事前指導を行います。ご家庭でも、お子さんの休業中の生活について丁寧な見守りと指導をお願いいたします。

1 自己を向上させるために

- (1) 自分で立てた計画をもとに、家庭学習時間を確保する。
1日に「学年プラス1時間」の学習に取り組む。
- (2) 登校時は通常の学校生活のきまりを守って行動する。
- (3) 積極的に部活動に励む。（欠席の場合は必ず顧問に連絡をする）
- (4) 健康・安全に気をつけ、気力・体力・知力を高める。
 - ①就寝・起床・食事のリズムを崩さずに1日を過ごす。
 - ②健康診断の結果、医療機関の受診をすすめられている人はこの期間を有効に利用する。
 - ③こまめに水分補給し、熱中症を予防する。
- (5) 家族の一員として責任を果たす。
※家庭での役割を果たすために、是非手伝いをさせてください。

2 安心安全な生活のために

- (1) 自他の命を大切にし、安全に生活する。

【交通安全】

- ① **一時停止を徹底する。**（歩行者・自転車とも）
- ② 2人乗り・無灯火・並進走行・傘さし等をしない。
- ③ ルールを守った自転車の運転をする。 **広がって走行しない。**

ヘルメット着用が努力義務になっています。登下校以外の場面でも、ヘルメットを着用してください。

【外出・外泊時の約束】

- ① 外出時に「同行者、行先、目的、帰宅時間」を報告する。
- ② 公共施設、ショッピングモール、運動・遊技施設等に行く際は、マナーを守り、他人に迷惑をかけないように配慮して行動する。
- ③ 午後7時までには帰宅する。（夜間の塾も終わり次第寄り道をせず帰宅する）。
- ④ 友人宅、友人同士での外泊は認めない。

【SNS、インターネット使用時の約束】

- ① 保護者の許可を得て使用する。
- ② 時間を限定して使用する。



※スマートフォンやパソコンを媒介とした事件・トラブルが急増しています。安易な判断での**個人情報漏洩や誹謗中傷が大きな問題に発展している例やオンラインゲームでの課金等でのトラブル**が多数報告されています。また、インターネットやゲームのやりすぎによる依存症をはじめとした心身への悪影響も心配されています。十分な自覚と節度ある行動、利用を心掛け、みんなで決めたルールを守るようにしてください。

燕中学校SNS（オンラインゲームを含む）の使用についてのルール
燕中学校生徒会

- ① SNS(オンラインゲームを含む)を利用する時間目標を決め、タイムマネジメントをする力をつける！
- ② SNS(オンラインゲームを含む)でやり取りをするときは、相手のこと(何をしているか、寝ている時間ではないか)を第一に考え、迷惑をかけない！

SNSを利用するときは、上記の2つのルールを守って利用しましょう。

令和2年1月17日(金) 生徒総会にて採択

【不審者からの安全確保のポイント】

- ① 複数で行動する。人家や人通りの多い道を選択する。
- ② 不審な人から退避し、救助を要請する。声掛け、つきまといは、すぐに110番通報し、その後下記へ連絡する。

(2) 自覚ある行動をする。

【やってはいけない行為】

- ① 万引き・喫煙・飲酒・自転車窃盗などの違法行為。
- ② 髪の色やカラーリングをしない。ピアス等の装飾品をつけない。
- ③ けがにつながる危険な遊び、迷惑行為。
- ④ お金の貸し借り、おごりおごられ、ものの売買。
- ⑤ 生徒のみのカラオケボックス、ゲームセンター(コーナー)等の出入り。
 - ・ボウリング場や映画館は、保護者の許可を得る。
 - ・生徒のみのレイトショーは許可されていない。

緊急時の連絡先：燕中学校 Tel0256-63-4075 (夏休み中の昼間)
燕市教育委員会 Tel080-8750-2925 (夏休み中の夜間・休日)

ひとりで
悩まないで
相談してね



あなたのこと、
LINEで
聴かせてください

令和7年7月
中高生用

新潟県SNS相談(LINEによる相談)

平日 16時00分～22時00分(受付は21時30分まで)
休日 15時00分～20時00分(受付は19時30分まで)

※7月28日(月)～8月15日(金)の期間は
相談時間が以下ようになります

15時00分～20時00分(受付は19時30分まで)



2次元コードはこちら
(令和7年度用)

以下の窓口でも同じように相談ができます

- ・新潟県いじめ・不登校等相談メール ijime@mailsoudan.org
- ・24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310(フリーダイヤル)
- ・新潟県いじめ・不登校等相談電話 025-285-1212(通話料がかかります)

新潟県教育委員会

●こんな様子はありませんか？

- 朝起きてこない。布団からなかなか出てこない。
- 朝になると体の具合が悪いと言い、学校を休みたがる。
- 遅刻や早退が増えた。
- 食欲がなくなったり、黙って食べるようになる。
- スマホの着信音におびえる。
- 勉強しなくなる。集中力がない。
- 家からお金を持ち出したり、必要以上のお金を欲しがる。
- 遊びのなかで、笑われたり、からかわれたり、命令されている。
- 親しい友だちが遊びに来ない、遊びに行かない。
- 表情が暗く、家族との会話も少なくなった。
- ささいなことでイライラしたり、物に当たったりする。
- 学校や友だちの話題が減った。
- 自分の部屋に閉じこもる時間が増えた。
- パソコンやスマホをいつも気にしている。
- 理由をはっきり言わないあざや傷あとがある。
- 寝つきが悪かったり、夜眠れなかったりする日が続く。
- 学校で使うものや持ち物がなくなったり、壊れている。
- 教科書やノートに嫌がらせの落書きがされたり、破られたりしている。
- 服が汚れていたり、破れていたりする。
- 言葉づかいが荒くなる。言うことをきかない。人のことをバカにする。
- 買った覚えのない物を持っている。
- 与えた金額以上のお金や、小遣いでは買えない物を持っている。



文部科学省「いじめのサイン発見シート」を参考に作成

<「おやっ」「変だな」と感じたら・・・>

◆ 子どもの話をじっくりと聴きましょう！

まずは意見をはさまずに、共感的に聴くことが大切です。

そして、「あなたの味方だよ。絶対に守るよ！」という気持ちを伝えましょう。

◆ ご家族だけで悩まずに、心配なことは学校や相談機関へ相談しましょう。

学校では、教職員やスクールカウンセラー等が、ていねいに対応します。

相談機関では、名前等を言わなくても相談できます。

【新潟県いじめ・ふとうこう等相談メール】



対応時間 平日 8:30～17:15
※ 夜間及び休日は自動返信メールにて
返信後、翌開設日に相談員から改めて
返信します。

ijime@mailsoudan.org

【新潟県いじめ対策ポータル】



各種相談窓口、応援メッセージ等
が掲載されています。

<https://www.ijimetaisaku.pref.niigata.lg.jp/>



令和7年度
相談窓口の紹介

学校・家庭・地域が連携して 子どもたちを見守りましょう！

「子どもたちの様子が変わる」「何かいつもと違うな」と感じたら、声をかけてみてください。

子どもの悩みの解消には、早期発見が重要です。少しでも心配な様子が見られたら、学校や相談機関へ連絡をしてください。



「いじめ見逃しゼロ県民運動」は、学校・家庭・地域がともに「いじめ見逃しゼロ」の意識をもって子どもたちを見守る運動です。

学校と家庭や地域が連携して、いじめを見逃すことなく、早期に発見し、深刻化しないうちに解消することを目指しています。

新潟県教育委員会

法務局の相談

- ・いじめ、体罰、虐待、差別など人権に関する問題全般の相談機関です。
- ・人権擁護委員、法務局職員が、お話をお聞きします。
- ・相談内容によっては、人権侵犯事件としての調査などを行います。

☆電話・面接相談 平日 8:30～17:15

☆メール相談窓口 <https://www.jinken.go.jp/>

☆SNS相談窓口 https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00034.html



○みんなの人権110番(全国共通ナビダイヤル) 0570-003-110

○こどもの人権110番(全国共通フリーダイヤル) 0120-007-110

○新潟地方法務局 025-222-1564 ○十日町支局 025-752-0096

○新津支局 0250-22-0547 ○柏崎支局 0257-23-5088

○三条支局 0256-33-1447 ○南魚沼支局 025-772-3742

○新発田支局 0254-24-7102 ○上越支局 025-525-4163

○村上支局 0254-53-2391 ○糸魚川支局 025-552-0369

○長岡支局 0258-33-5505 ○佐渡支局 0259-74-2049

警察の相談

- ・非行やいじめなどの少年問題に関する相談を受けます。
- ・犯罪や性被害等の相談を受けます。
- ・少年警察補導員や警察官がお話をお聞きします。

○けいさつ相談室 #9110 8:30～16:30 (平日)

○性犯罪被害相談電話 #8103 (ハートさん) 24時間対応 (夜間及び土日、祝日、年末年始は当直員が対応します。)

<サポートセンター>

○新潟少年サポートセンター 025-285-4970 8:30～17:15 (平日)

○長岡少年サポートセンター 0258-36-4970 8:30～17:15 (平日)

○上越少年サポートセンター 025-526-4970 8:30～17:15 (平日)

<警察署> 24時間対応 (夜間及び土日、祝日、年末年始は当直員が対応します。)

○新潟警察署 025-249-0110 ○西蒲警察署 0256-72-0110

○新潟中央警察署 025-225-0110 ○燕警察署 0256-94-0110

○新潟東警察署 025-279-0110 ○加茂警察署 0256-52-0110

○新潟西警察署 025-260-0110 ○見附警察署 0258-63-0110

○新潟南警察署 025-373-0110 ○長岡警察署 0258-38-0110

○江南警察署 025-382-0110 ○与板警察署 0258-72-0110

○新潟北警察署 025-386-0110 ○小千谷警察署 0258-83-0110

○佐渡警察署 0259-55-0110 ○小出警察署 025-793-0110

○新発田警察署 0254-23-0110 ○南魚沼警察署 025-770-0110

○村上警察署 0254-52-0110 ○十日町警察署 025-752-0110

○阿賀野警察署 0250-63-0110 ○柏崎警察署 0257-21-0110

○津川警察署 0254-92-0110 ○上越警察署 025-521-0110

○五泉警察署 0250-42-0110 ○妙高警察署 0255-72-0110

○秋葉警察署 0250-23-0110 ○糸魚川警察署 025-552-0110

○三条警察署 0256-33-0110

新潟県弁護士会の相談

- ・子どもの学校生活や家庭生活などの悩みごとについて、弁護士が相談を受けます。

○弁護士会電話番号 025-222-5533 (初回相談は無料)

お盆、祝日を除く平日 9:00～17:00

(窓口で受付後、相談担当弁護士をご紹介します形となります。)

<https://niigata-bengo.or.jp/kids-junior/consultation.html>

○子どものなやみごと相談 (LINE 無料相談) ※不定期開催



新潟県の相談

- ・いじめや不登校等の問題で悩む児童生徒や保護者等の相談に応じる機関です。
- ・相談者が望めば、学校への働きかけも可能です。

○24時間子供SOSダイヤル (無料) (全国どこからでも24時間、相談できます。) 0120-0-78310 (なやみ言おう)

○新潟県いじめ・ふとうこう等相談電話 (24時間対応) 025-285-1212

○生徒指導課いじめ対策室 (平日8:30～17:15) 025-280-5124

○生徒指導課不登校対策班 (平日8:30～17:15) 025-280-5640

県立教育センターの相談

- ・長期的な面接相談にも応じます。 ※土日祝日、年末年始、お盆を除く

☆電話相談 9:10～16:00 (平日)

○いじめ・ふとうこう等なやみごと相談テレフォン 025-263-4737

☆来所相談・電話相談 9:00～17:00 (平日)

○県立教育センター教育相談 025-261-0410

児童相談所の相談

- ・18歳未満のこどもの家庭や学校での問題、不登校、非行、発達の遅れ、療育手帳の判定、虐待等の養育問題などについて相談に応じます。

○児童相談所相談専用ダイヤル (無料) 0120-189-783

(いちはやくおなやみを)

☆電話・面接 (予約制) 相談 8:30～17:15 (平日)

○中央児童相談所 025-381-1111

○中央児相佐渡駐在 0259-74-3390

○長岡児童相談所 0258-35-8500

○上越児童相談所 025-524-3355

○新発田児童相談所 0254-26-9131

○南魚沼児童相談所 025-770-2400

○新潟市児童相談所 025-230-7777

