

1. 毎日の生活について

- (1) 生活計画書にしたがって、規則正しい生活をしよう。
- (2) 家族の一員として、手伝いなど自分の役割に責任をもって取り組もう。
- (3) 金銭については、保護者の指導のもとで大切に使おう。
- (4) 地域の人々との交流や体験を通して豊かな心を育もう。

2. 外出について

外出する時は、「誰と、どこへ、何をしに行き、何時ごろ帰宅する」を家族に伝えよう。

- (1) 服 装 ・小学生：小学生らしい服装を心がけよう。
・中学生：中学生らしい服装を心がけよう。
- (2) 帰宅時間 ・個人外出：小学生は午後5時まで、中学生は6時までに帰宅しよう。
- (3) 通 塾 ・塾への行き帰りでは交通事故等に気をつけよう。
- (4) 泊 ま り ・友人間での外泊は、しないようにしよう。

3. 遊びについて

事故防止、犯罪被害防止等の観点から、次のことを守り、安全・安心に過ごしましょう。

- (1) 保護者同伴であっても、法的に入場・利用を禁止・制限されている施設等の入場や制限外の利用は厳禁。
- (2) 立入禁止、遊泳禁止、禁漁区等の指定された危険な場所では遊ばない。
- (3) 遊技場への出入りや各種の催し物等への参加については、犯罪被害にあう可能性があること等の危険性を踏まえて、保護者と相談して決めましょう。
- (4) 花火等の火気及び危険性の高い遊びについては、火災等の重大事故や命の危険につながるおそれがあることから、取り扱う際は保護者と相談し、保護者同伴等の安全対策を十分に行いましょう。
- (5) 子どもだけで出入りできる施設等については、その施設等の決まりを守りましょう。

4. 交通安全について

自転車は、道路交通法で軽車両に位置付けられており、「車のなかま」です。道路を通行するときは、車として、次のような交通ルールを遵守し、交通マナーを実践して、安全運転を心がけましょう。

- (1) 自転車の二人乗り、無灯火、並進、ながら運転をしない。
- (2) 自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しよう。
- (3) 車の直前直後の横断、歩行、車道への飛び出しに注意しよう。

5. 情報機器の取り扱いについて

犯罪被害、SNS 等でのトラブルの未然防止の観点から、保護者に管理してもらい、次のことを守ろう。

- (1) ネット依存にならないような生活をしよう。
- (2) スマホやネットからダウンロードできる音楽プレーヤー、ネット対戦のできるゲーム機でも SNS 等が使用できるため、使い方等については、保護者と相談して決めましょう。
- (3) 他人の画像や動画を動画投稿サイトやアプリ等にアップロードしない。

(個人情報流出や肖像権、プライバシー権を侵害しない。)

※悪質な書き込み、勝手なアップロードは警察から指導【逮捕】される場合もあります。

6. その他

- (1) 他人に迷惑をかけず、法に触れるような行為は絶対にしないようにしよう。
- (2) 金品の貸し借り、金銭の無駄遣いをしないようにしよう。
- (3) たかり、恐喝、痴漢、変質者、誘拐に注意しよう。

(被害にあったら、110番通報しよう。車のナンバー、色、形、車種等をメモしよう。)

警察、青少年センターへの連絡

- ・佐賀南警察署 TEL (23) 6110
 - ・佐賀北警察署 TEL (30) 1911
 - ・青少年センター TEL (23) 2834
- 事件・事故は、110番通報**

保護者や学校関係者等のみなさまへ

こんにちは。文部科学大臣のあべ俊子です。

今、子供たちの自殺は、極めて深刻な状況にあります。

子供たちの自殺を未然に防ぐには、子供たちの態度に現れる微妙なサインに注意を払うことが重要です。

- ・ これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う
- ・ 成績が急に落ちる
- ・ 注意が集中できなくなる
- ・ 身だしなみを気にしなくなる
- ・ 健康管理や自己管理がおろそかになる
- ・ 不眠、食欲不振、体重減少などのさまざまな身体の不調を訴える

といったようなサインが見られたら、不安や悩みの声に耳を傾け、受け止めてあげてください。

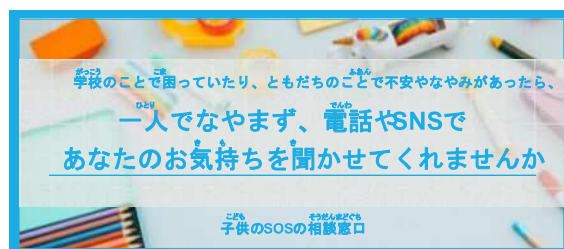
一人一人の声がけが、悩みや不安を和らげることにつながります。

そして、学校関係者のみなさまにおかれましては、不安や悩みを抱える子供たちが孤立することのないよう、学校、家庭、地域、福祉部局、警察、医療機関などの関係機関で緊密に連携し、地域全体で支援していただきますようお願いいたします。

文部科学大臣としても、文部科学省一丸となって、こうした不安や悩みを受け止め、安心して学べる環境づくりに向けて頑張っていきます。

電話やメール、ネット等の相談窓口

(リンク先には学校や警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。)



https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm

令和7年2月
文部科学大臣 あべ 俊子

中学生・高校生のみなさんへ
～ 不安や悩みを話してみよう ～

こんにちは。文部科学大臣のあべ俊子です。

自分を大切にすることが、一番大切です。

4月からの進学にあたって新しい環境や学業に不安を抱えている人
将来に向けた進路の問題で悩んでいる人
親子関係などの家庭内の問題に悩んでいる人
新年度を前に、色々な不安や悩みを抱えている人もいます。

不安や悩みがあるときには、一人で抱え込まないで、家族や友達、先生、
スクールカウンセラー、誰でもよいので、自分の心の内を話してみてください。

どうしても周りの人に話しづらいときには、電話やメール、ネットで相談してみてください。

もし、あなたの周りに元気がない友達がいたら、ぜひ積極的に声をかけて、信頼できる大人につないでください。

文部科学大臣としても、文部科学省一丸となって、みなさんの不安や悩みを受け止め、みなさんが安心できる環境づくりに向けて頑張っていくしますので、みなさんもためらわずに相談してくださいね。必ず味方になってくれる人がいます。

相談窓口の紹介動画

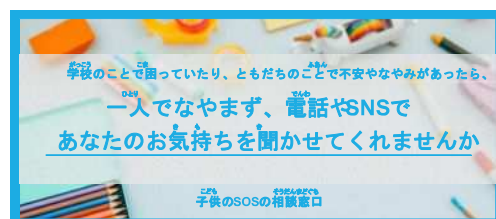


<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



電話やメール、ネット等の相談窓口

(リンク先には警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。)



https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm



令和7年2月
文部科学大臣 あべ 俊子

児童生徒のみなさんへ 保護者のみなさんへ

佐賀県教育委員会事務局学校教育課生徒支援室

学校や家庭での生活の中で、ひとりで悩んだり、不安に思ったりしていることはありませんか。
また、心配事や不安な気持ちを誰にも相談できずにひとりで抱えていませんか。
そんな時は一人で抱え込まずに、まずは身近な人に相談をしてみてください。心配事や悩みを話すことで心がすこし楽になります。まわりに相談できる人がいない、相談しにくいと感じる時は次の相談窓口を利用してみてください。何気ない会話でも心は落ち着きます。
保護者の方も、お子様のことで心配なことなど、ご相談ください。

【こころの相談窓口】

(令和6年1月更新)

電話相談（でんわそうだん）	
心のテレホン	0952-30-4989（24時間）
いじめホットライン	0952-27-0051（24時間）
24時間子供SOSダイヤル	0120-078-310（24時間） ※相談窓口PR動画「君は君のままでいい」 https://youtu.be/CiZTk8vB26I
子どもの人権110番	0120-007-110（平日8:30～17:15）
佐賀こころの電話	0952-73-5556（平日9:00～16:00）
佐賀県自殺予防夜間相談電話	0120-400-337（毎日23:00～5:00）
佐賀いのちの電話	0952-34-4343（24時間）
ヤングテレホン	0120-29-7867（平日8:30～17:15） （佐賀県警察少年サポートセンター）
チャイルドライン 【18歳までの子ども専用】	0120-99-7777
よりそいホットライン	0120-279-338
児童相談所虐待対応ダイヤル	189
外国人のための人権相談【法務省】 （Human Rights Counseling for Foreigners）	0570-090911（平日9:00～17:00） https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html
電話相談（でんわそうだん）・来所相談（らいしよそうだん）	
佐賀県精神保健福祉センター	0952-73-5060（平日8:30～17:15）
佐賀県教育センター	0952-62-2189（電話相談専用ダイヤル） （平日8:30～17:00）
保健福祉事務所（いずれも、平日8:30～17:15）	
○佐賀中部保健福祉事務所：0952-30-1691	○鳥栖保健福祉事務所：0942-83-3579
○唐津保健福祉事務所：0955-73-4187	○伊万里保健福祉事務所：0955-23-2101
○杵藤保健福祉事務所：0954-22-2105	

SNS等（とう）による相談（そうだん）		けんさく ネット検索		こうせいろうどうしょう 厚生労働省 SNS相談		🔍👉
い 生きづらびっと	LINE @yorisoi-chat	まいにち 毎日	11:00~22:30	うけつけ (22:00まで受付)		
こころのほっと チャット	LINE フェイスブック チャット	@kokorohotchat		だいぶ 第1部	まいにち 毎日	12:00~(15:00まで受付)
				だいぶ 第2部	まいにち 毎日	17:00~(20:00まで受付)
				だいぶ 第3部	まいにち 毎日	21:00~(23:00まで受付)
				そうちょう 早朝	まいにち 毎日	04:00~(06:00まで受付)
あなたのいばしょ	オンラインのチャット相談（24時間）			https://talkme.jp/		
じんけんそうだん SNS人権相談	アカウント名：SNS人権相談			けんさく 検索ID：@snsjinkensoudan		