



川口市立鳩ヶ谷中学校の生徒のみなさんへ



まもなく1学期が終了し、夏休みに入ります。君たちはどんなことを楽しみにしているでしょうか。夏休みは自由に使える時間が増え、やりたいことや目標に向かって熱中できる絶好のチャンスです。しかし、同時に生活リズムが乱れやすい時期でもあります。「早寝・早起き・朝ごはん」を合言葉に、生活リズムを大切に、心と身体の健康を大切にしてほしいと思います。

また、夏休み中、もし悩みや不安があったら一人で抱え込まず、信頼できる誰かに相談してください。「君は決して一人じゃない」。鳩中の先生方は、君たちが充実した夏休みを過ごし、元気でたくましくなった姿をサマースクール、2学期の始業式で見せてくれると信じています。

自分の心の声に耳を傾ける

心の声を正直に言葉や文字、表情で伝よう

悩みや不安の答えは一つじゃないんだよ

一人で決めてしまう前に誰かに相談しよう

令和6年7月
川口市立鳩ヶ谷中学校
校長 佐久間 章匡