

## 保護者のみなさまへ

青年期の子供は、自立への過程の中で、不安や悩みを抱えることが多くあります。不安や悩みは、保護者や教職員、友達に相談したり、自分が打ち込めるものに没頭したりすることで乗り越えることができることもあります。一方で、中には深刻化し、自らを傷付ける行為などに及ぶ子供もいます。

思春期・青年期には、内面の葛藤や悩みは誰にも話せないと過剰に意識して、自分だけの世界に閉じこもってしまうこともあります。しかしながら、そういったときにも、子供は深刻な悩みを抱えている場合があります。

子供たちの自殺を未然に防ぐには、保護者や学校関係者をはじめ、子供たちと間近に接している皆が一丸となって、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。大切な子供たちを守るため、子供に普段と違う様子が見られたら、学校に御相談ください。

子供たちのことでお悩みの方は、別紙「保護者向け相談窓口一覧」に記載の相談先を御活用ください。

なお、都教育委員会及び全ての都立学校では、国の示した指針に沿って、保護者と連携を取り合って丁寧に対応を進めてまいります。

【参考】「児童生徒の自殺が起きたときの背景調査の指針（令和7年12月改訂）」

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/1408019.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1408019.htm)

令和8年3月 東京都教育委員会