



文部科学省

しょうがくせい

小学生のみなさんへ

～ 不安やなやみがあったら話してみよう ～

もうすぐ^{しんねんど}新年度をむかえます。^{たの}楽しい^{きもち}気持ちで^{がつ}4月をむかえられる^{ひと}人もい
ることでしょう。しかし、^{きょう}クラスがかわるなど^{へんか}かん境が変化し、また、^{べんきよう}勉強
が^{むずか}難しくなっていくことに^{ふあん}不安やなやみを^{かか}抱えている^{ひと}人もいるかもしれま
せん。

だれにでも^{ふあん}不安やなやみはあるものです。^{ひとり}一人でかかえこまず、^{かぞく}家族や
^{せんせい}先生、^{がっこう}学校の^{ともだち}スクールカウンセラー、^{ともだち}友達、だれでもよいので、^{はな}なやみを話
してください。どうしても^{まわ}周りの^{ひと}人に^{はな}話しづらいときには、^{でんわ}電話やメール、
^{そうだん}ネットで^{まどぐち}相談できる^{ひと}窓口もあります。^{ひと}人に^{そうだん}相談することは決して^{けつ}はずかしい
ことではなく、^い生きていくうえで^{ひつよう}必要な^{たいせつ}大切なことですので、ためらわずに
まずは^{そうだん}相談してみましよう。

もし、あなたの^{まわ}周りに^{げんき}元気がない^{ともだち}友達がいたら、ぜひ^{せっきよくてき}積極的に^{こえ}声をかけて、
^{おとな}しんらいできる^{おとな}大人につないであげてください。また、^{みぢか}身近に^{そうだん}相談できる^{ばしょ}場所
として^{しら}どんなところがあるのか^{しら}調べてみてください。

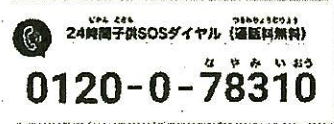
^{そうだんまどぐち}相談窓口の^{どうが}しょうかい動画

^{でんわ}電話やメール、ネットなどの^{そうだんまどぐち}相談窓口

(^{さき}リンク先には^{けいさつ}警察、^{じどうそうだんじょ}児童相談所などの^{そうだんまどぐち}相談窓口一覧もあります。)



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



いじめで困ったり、^{ともだち}ともだちのことで^{ふあん}不安や^{なやみ}悩みがあったりしたら、
一人で^{まどぐち}悩まず、いつでもすぐ^{まどぐち}電話で相談してください。

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



れいわ ねん がつ
令和4年3月

もんぶ かがく だいじん すままつ しんすけ
文部科学大臣 末松 信介

保護者や学校関係者等のみなさまへ

新年度には児童生徒等の環境が大きく変化することもあり、不安や悩みを抱える児童生徒等が増え、自殺者数が大きく増加する危険性があります。

- ・ 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

保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、こうした子供の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、子供たちの不安や悩みの声に耳を傾けて適切に受け止めていただくとともに、学校、家庭、地域、警察や医療機関などの関係機関等で緊密な連携体制を築いていただきますようお願いいたします。

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。)

24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)
0120-0-78310
なやみいおう



いじめで困ったり、ともだちのことで不安や悩みがあったりしたら、
一人で悩まず、いつでもすぐ電話で相談してください。

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

令和4年3月
文部科学大臣 末松 信介