



しょうがくせい

小学生のみなさんへ

～ 不安^{ふあん}やなやみ^{はな}があったら話してみよう ～

もうすぐ新年度^{しんねんど}をむかえます。楽しい気持ち^{たのきも}で4月^{がつ}をむかえられる人もい
ることでしょう。しかし、クラスがかわるなどかん境^{きょう}が変化^{へんか}し、また、勉強^{べんきょう}
が難^{むずか}しくなっていくことに不安^{ふあん}やなやみ^{かか}を抱^{かか}えている人もい
るかもしれま
せん。

だれにでも不安^{ふあん}やなやみ^{はな}はあるものです。一人^{ひとり}でかかえこまず、家族^{かぞく}や
先生^{せんせい}、学校^{がっこう}のスクールカウンセラー、友達^{ともだち}、だれでもよいので、なやみ^{はな}を話
してください。どうしてもまわりの人^{ひと}に話^{はな}しづらいときには、電話^{でんわ}やメール、
ネット^{ネット}で相談^{そうだん}できる窓口^{まどぐち}もあります。人^{ひと}に相談^{そうだん}することは決してはずかしい
ことではなく、生きていくうえで必要^{ひつよう}な大切^{たいせつ}なことです。ためらわずに
まずは相談^{そうだん}してみましよう。

もし、あなたのまわりの元氣^{げんき}がない友達^{ともだち}がいたら、ぜひ積極^{せっきよく}的に声^{こえ}をかけて、
しんらいできる大人^{おとな}につないであげてください。また、身近^{みぢか}に相談^{そうだん}できる場所^{ばしょ}
としてどんなところがあるのか調^{しら}べてみてください。

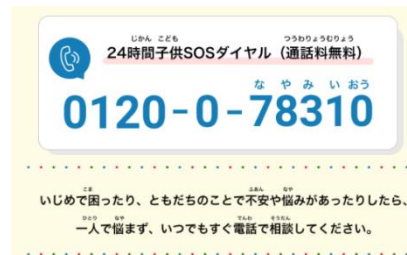
相談^{そうだん}窓口^{まどぐち}のしょうかい動画^{どうが}

電話^{でんわ}やメール、ネットなどの相談^{そうだん}窓口^{まどぐち}

(リンク先には警察^{さき}、児童^{けいさつ}相談^{じどう}所^{そうだんじょ}などの相談^{そうだん}窓口^{まどぐち}一覧^{いちらん}もあります。)



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



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 すえまつ 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。)



じかん こども つうわりょうむりょう
24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)
な や み い お う
0120-0-78310

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