

しょうがくせい
小学生のみなさんへ
～ 不安や悩みがあったら話してみよう～

もうすぐ 新年度をむかえますが、みなさんはどんな気持ちでしょう
か。楽しく明るい気持ちでむかえられる人もいれば、新しいクラス
で友達ができるか、学年が上がって勉強についていけるかといった
ことに不安やなやみを抱えている人もいるかもしれません。

みなさんだけでなく、だれにでも不安やなやみはあるものです。不安
やなやみがあるときには、一人でかかえこまないで、家族や先生、学校
のスクールカウンセラー、友達、だれでもよいので、自分の心の内
を話してみませんか。話を聞いてもらうことで、心がずっと軽くな
ることもあります。

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
トで相談できる窓口があります。人に相談することは決してはずか
しいことではなく、生きていくうえでとても大切なことです。ためら
わずにまずは相談してみましょう。以下で紹介している相談窓口
では、いつでもあなたの悩みを聞いてくれる人がいます。

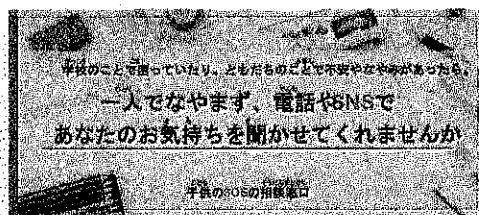
もし、あなたの周りに元気がない友達がいたら、ぜひ積極的に声
をかけて、しんらいできる大人につないでください。また、身近に相談
できる場所としてどんなところがあるのか調べてみましょう。

どうが
相談窓口のしょうかい動画

でんわ
電話やメール、ネットなどの相談窓口
(リンク先には警察、児童相談所などの相談窓口一覧もあります。)



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



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



れいわ ねん がつ
令和6年2月
もんぶかがくだいじん もりやま まきひと
文部科学大臣 盛山 正仁