



しょうがくせい
小学生のみなさんへ

ふあん はな
～ 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 き も がつ
楽しい気持ちで4月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 が 変 化 し、また、べんきょう
勉強
がむずか
難しくなっていくことにふあん
不安やなやみを抱えている人もい
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 がっこう
先生、学校のスクールカウンセラー、ともだち
友達、だれでもよいので、なやみをはな
してください。どうしてもまわ
周りの人に話しづらいときには、でんわ
電話やメール、
ネットのでうだん
相談できるまどぐち
窓口もあります。ひと
人に相談することは決してはずかしい
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
まずはうだん
相談してみましょう。

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、せっきょくてき
積極的にこえ
声をかけて、
しんらい
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
身近にうだん
相談できるばしょ
場所
としてどんなどころがあるのかしら
調べてみてください。

うだんまどぐち
相談窓口のしょうかい
動画

でんわ
電話やメール、ネットなどのうだんまどぐち
相談窓口

(リンク先にはさき
警察、けいさつ
児童相談所などのうだんまどぐち
相談窓口一覧もあります。)



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)

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

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。)

 じはん こたへ つたわりようむりよう
24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)
なやみいおう
0120-0-78310

はじめで困ったり、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