



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^{しんねんど}新年度をむかえますが、みなさんはどんな^{きも}気持ちでしょうか。
楽しく^{たの}明るい^{あか}気持ちでむかえられる人もいれば、新しい^{あた}クラスで^{ともだち}友達ができるか、学年が^{がくねん}上がって勉強^{べんきょう}についていけるかといったことに^{ふあん}不安や
なやみを^{かか}抱えている人も^{ひと}いるかもしれません。

みなさんだけでなく、だれにでも^{ふあん}不安やなやみはあるものです。^{ふあん}不安や
なやみがあるときには、一人^{ひとり}でかかえこまないで、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、自分の^{じぶん}心の^{こころ}内^{うち}を話し
てみませんか。話を^{はなし}聞いて^きもらうことで、心^{こころ}が^{かる}すっと軽くなることも
あります。

どうしても^{まわ}周りの^{ひと}人に話しづらく^{はな}いときには、電話^{でんわ}やメール、ネット^{でんわ}
相談^{そうだん}できる^{まどぐち}窓口^{ひと}があります。人に^{ひと}相談^{そうだん}することは決して^{けつ}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^{たい}らわずに^{せつ}まず
は^{そうだん}相談^いしてみ^いましょう。以下^いで^か紹^{しょう}介^{かい}している^{そうだんまどぐち}相談^い窓口^{ひと}では、いつでもあ
なたの^{なや}悩み^きを^{ひと}聞いてくれる人がいます。

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^{せつきよくてき}がいたら、ぜひ^{こえ}積極的^{おとな}に声^{みちか}をか
けて、しんらいできる^{おとな}大人^{みちか}につないでください。また、身近^{そうだん}に相談^{みちか}でき
る^{ばしょ}場所^{しら}として^{しら}どんなところがあるのか^{しら}調^{しら}べて^{しら}みましょう。

そうだんまどぐち
相談窓口の^{どうが}しょうかい^{どうが}動画

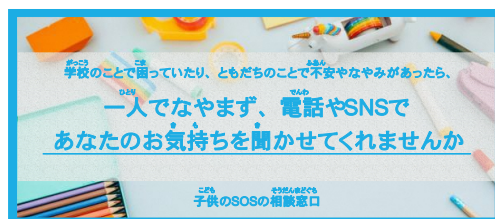


<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



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

(リンク先には警察、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://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm



れいわ ねん がつ
令和5年2月

もんぶ かがく だいじん ながおか けいこ
文部科学大臣 永岡 桂子