



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}気持ちで4月をむかえられる^{ひと}人もい
ることでしょう。しかし、クラスがかわるなど^{きょう}かん境が^{へんか}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^{かか}なやみを^{ひと}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^{ひと}なやみは^{かぞく}あるものです。一人^{ひとり}でかかえこまず、^{せんせい}家族や
^{がっこう}先生、^{ともだち}学校の^{はな}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^{でんわ}ときには、^{メール}電話や^{メール}メール、
ネット^{そうだん}で^{まどぐち}相談できる^{まどぐち}窓口も^{ひと}あります。人に^{そうだん}相談することは^{けつ}決して^{はずかしい}はずかしい
ことではなく、^い生きて^{ひつよう}いく^{たいせつ}うえで^{たいせつ}必要な^{たいせつ}大切な^{たいせつ}ことですので、^{たいせつ}ため^{たいせつ}ら^{たいせつ}わ^{たいせつ}ず^{たいせつ}に
まずは^{そうだん}相談^{そうだん}してみ^{そうだん}ま^{そうだん}しょう。

もし、あなたの^{まわ}周りに^{げんき}元気が^{ともだち}ない^{ともだち}友達が^{せっきよくてき}いたら、^{こえ}ぜひ^{こえ}積極的^{こえ}に^{こえ}声^{こえ}を^{こえ}か^{こえ}けて、
^{おとな}しんらい^{おとな}できる^{おとな}大人^{おとな}につ^{おとな}ない^{おとな}であ^{おとな}げて^{おとな}く^{おとな}だ^{おとな}さい。また、^{みぢか}身近^{みぢか}に^{みぢか}相^{みぢか}談^{みぢか}で^{みぢか}き^{みぢか}る^{みぢか}場^{みぢか}所^{みぢか}
として^{みぢか}ど^{みぢか}ん^{みぢか}ど^{みぢか}こ^{みぢか}ろ^{みぢか}が^{みぢか}あ^{みぢか}る^{みぢか}の^{みぢか}か^{みぢか}調^{みぢか}べ^{みぢか}て^{みぢか}み^{みぢか}て^{みぢか}く^{みぢか}だ^{みぢか}さい。

そうだんまどぐち
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/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。)



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

令和4年3月
文部科学大臣 末松 信介