



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 ～

もうすぐ新年度をむかえます。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、勉強
が難しくなっていく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。

だれにでも不安やなやみはあるものです。一人でかかえこまず、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、なやみを話
してください。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もあります。人に相談することは決してはずかしい
ことではなく、生きていくうえで必要な大切なことです。ためらわずに
まずは相談してみましょう。

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あげてください。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てください。

相談窓口のしょうかい動画

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>



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