



文部科学省

しょうがくせい
小学生のみなさんへ
ふあん なや はな
～ 不安や悩みがあつたら話してみよう～

なつやす お がっこう ひき ともだち はなし べんきょう
夏休みが終わり、学校で久しぶりに友達と話したり、みんなで勉強
したりできるのが楽しみな人もいるでしょう。もしかすると、いつもの
せいかつ がっこうせいかつ こま いや ひと がっこう はじ
生活や学校生活に困ったことや嫌なことがある人、学校が始まることが
ふあん ひと
不安な人もいるかもしれません。

こま いや かぞく せんせい がっこう
もし、困ったことや嫌なことがあったときには、家族や先生、学校の
ともだち だれ なや はな
スクールカウンセラー、友達、誰でもよいので、悩みを話してみてください。

まわ ひと そうだん でんわ
どうしても周りの人に相談しづらいときは、電話やメール、ネットな
つか そうだんまどぐら えんりょ なや き
どを使って、相談窓口に遠慮なくあなたの悩みを聞かせてください。

まわ げんき ともだち せつきょく こえ
また、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
けてあげてください。あなたの声がけで、友達が元気になるかもしれません。

きみ きみ
「君は君のままでいい」

そうだんまどぐらしきょうかいどうが
(相談窓口紹介動画)



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>

でんわ とう そうだんまどぐら
電話やメール、ネット等の相談窓口

きき そうだんまどぐらいちらん
(リンク先に相談窓口一覧があります。)

24時間子ども SOSダイヤル (通話料無料)
なやみ言おう
0120-0-78310



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

れいわさんねんはちがつ
令和三年八月
もんぶかがく大臣
文部科学大臣 はぎうだ こういち
萩生田 光一