



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

みなさんだけでなく、だれにでも<sup>ふあん</sup>不安や<sup>なや</sup>悩みはあるものです。<sup>ふあん</sup>不安や<sup>なや</sup>悩みがあるときには、<sup>ひとり</sup>一人で<sup>かぞく</sup>かかえこまないで、<sup>せんせい</sup>家族や<sup>がっこう</sup>先生、<sup>がっこう</sup>学校の<sup>ともだち</sup>スクールカウンセラー、<sup>ともだち</sup>友達、だれでもよいので、<sup>じぶん</sup>自分の<sup>こころ</sup>心の<sup>うち</sup>内を<sup>はな</sup>話してみませんか。<sup>はなし</sup>話を<sup>き</sup>聞いて<sup>こころ</sup>もらう<sup>かる</sup>ことで、<sup>こころ</sup>心が<sup>かる</sup>すっと<sup>かる</sup>軽くなる<sup>こと</sup>もあります。

どうしても<sup>まわ</sup>周りの<sup>ひと</sup>人に<sup>はな</sup>話しづらいときには、<sup>でんわ</sup>電話や<sup>メール</sup>メール、<sup>ネット</sup>ネットで<sup>そうだん</sup>相談できる<sup>まどぐち</sup>窓口があります。<sup>ひと</sup>人に<sup>そうだん</sup>相談することは<sup>けつ</sup>決して<sup>はず</sup>はずかしいことではなく、<sup>い</sup>生きて<sup>たいせつ</sup>いくうえで<sup>たいせつ</sup>とても<sup>たいせつ</sup>大切な<sup>こと</sup>です。<sup>ため</sup>ため<sup>ら</sup>わらずに<sup>まず</sup>まずは<sup>そうだん</sup>相談<sup>してみ</sup>みましょう。<sup>い</sup>以下で<sup>い</sup>紹介<sup>しょうかい</sup>している<sup>そうだん</sup>相談<sup>まどぐち</sup>窓口では、<sup>いつでも</sup>いつでも<sup>あなた</sup>あなたの<sup>なや</sup>悩みを<sup>き</sup>聞いて<sup>ひと</sup>くれる<sup>ひと</sup>人がいます。

もし、あなたの<sup>まわ</sup>周りに<sup>げんき</sup>元気が<sup>ともだち</sup>ない<sup>ともだち</sup>友達<sup>が</sup>いたら、<sup>せつきよくてき</sup>ぜひ<sup>こえ</sup>積極的に<sup>こえ</sup>声を<sup>か</sup>かけて、<sup>おとな</sup>しんらい<sup>おとな</sup>できる<sup>おとな</sup>大人<sup>につ</sup>につ<sup>ない</sup>ない<sup>ください</sup>で<sup>ください</sup>ください。<sup>また</sup>また、<sup>みぢか</sup>身近<sup>そうだん</sup>に<sup>そうだん</sup>相談<sup>でき</sup>できる<sup>ばしょ</sup>場所<sup>として</sup>として<sup>ど</sup>ど<sup>んな</sup>んな<sup>ところ</sup>ところ<sup>がある</sup>がある<sup>のか</sup>のか<sup>しら</sup>調べて<sup>しら</sup>調べて<sup>み</sup>み<sup>ま</sup>ま<sup>し</sup>し<sup>ょう</sup>しょう<sup>を</sup>を<sup>ま</sup>ま<sup>し</sup>し<sup>ょう</sup>しょう。

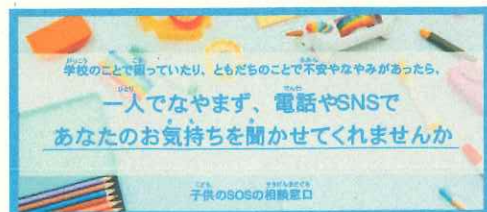
相談窓口のしょうかい動画

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>



[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm)



令和5年2月  
文部科学大臣 永岡 桂子