



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。楽しく<sup>たのあか</sup> 明るい<sup>きもち</sup> 気持ちでむかえられる<sup>ひと</sup> 人もいれば、<sup>あた</sup> 新しい<sup>あたら</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  
ことに<sup>ふあん</sup> 不安や<sup>なか</sup> なやみを<sup>かか</sup> 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>なか</sup> なやみはある<sup>もの</sup> ものです。<sup>ふあん</sup> 不安  
や<sup>なか</sup> なやみがある<sup>とき</sup> には、<sup>ひとり</sup> 一人で<sup>かぞく</sup> 家族や<sup>せんせい</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<sup>じぶん</sup> よいので、<sup>こころ</sup> 自分の<sup>うち</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</sup> ことで、<sup>か</sup> 心が<sup>か</sup> ずっと<sup>か</sup> 軽くな  
る<sup>こと</sup> こともあります。

どうしても<sup>まわ</sup> 周りの<sup>ひと</sup> 人に<sup>はな</sup> 話し<sup>でんわ</sup> づらい<sup>メール</sup> ときには、<sup>ネット</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<sup>まどぐら</sup> できる<sup>まどぐら</sup> 窓口<sup>まどぐら</sup> があります。<sup>ひと</sup> 人に<sup>そうだん</sup> 相談<sup>けっ</sup> することは<sup>けっ</sup> 決して<sup>けっ</sup> はずか  
しい<sup>こと</sup> ことではなく、<sup>い</sup> 生きて<sup>たいせつ</sup> いく<sup>こと</sup> うえで<sup>こと</sup> とても<sup>こと</sup> 大切な<sup>こと</sup> ことです。<sup>ため</sup> ためら  
わず<sup>そうだん</sup> に<sup>い</sup> まずは<sup>い</sup> 相談<sup>しょうかい</sup> してみましよう。<sup>そうだん</sup> 以下で<sup>まどぐら</sup> 紹介<sup>まどぐら</sup> している<sup>まどぐら</sup> 相談<sup>まどぐら</sup> 窓口  
では、<sup>い</sup> いつでも<sup>なや</sup> あなたの<sup>き</sup> 悩み<sup>ひと</sup> を<sup>ひと</sup> 聞いて<sup>ひと</sup> くれる<sup>ひと</sup> 人が<sup>ひと</sup> 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>せつぎよくてき</sup> が<sup>こえ</sup> いたら、<sup>こえ</sup> ぜひ<sup>こえ</sup> 積極的<sup>こえ</sup> 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>おとな</sup> につ<sup>おとな</sup> ない<sup>おとな</sup> てください。<sup>また</sup> また、<sup>みちか</sup> 身近<sup>そうだん</sup> に<sup>そうだん</sup> 相談  
できる<sup>ばしょ</sup> 場所<sup>ばしょ</sup> として<sup>しら</sup> どんな<sup>しら</sup> ところ<sup>しら</sup> がある<sup>しら</sup> のか<sup>しら</sup> 調<sup>しら</sup> べて<sup>しら</sup> しましよう。

そうだんまどぐら  
相談窓口のしょうかい動画  
どうが

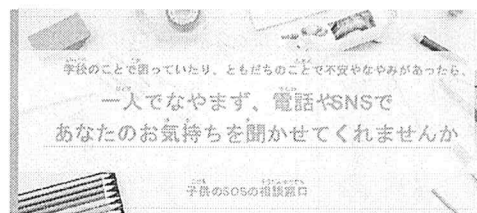


<https://youtu.be/CiZTk8vR26I>



でんわ  
電話やメール、ネットなどの相談窓口  
そうだんまどぐら

(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://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/sci\\_toshidou/06112210.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/sci_toshidou/06112210.htm)

れいわ ねん がつ  
令和6年2月  
もんぶ かがく だいじん もりやま まさひと  
文部科学大臣 盛山 正仁