



しょうがくせい
小学生のみなさんへ

ふあん はな
～ 不安やなやみがあったら話してみよう ～

しんねん あ
新年明けましておめでとうございます。ふゆやす お
冬休みも終わりましたが、ふだん
せいかつ がっこうせいかつ
の生活や学校生活にイヤなことがあって、これからの学校生活が不安な人は
がっこうせいかつ ふあん ひと
いないでしょうか。

ふあん
だれにでも不安やなやみはあります。イヤなことがあったときには、ひとり
かぞく せんせい がっこう
かかえこまず、家族や先生、学校のスクールカウンセラー、ともだち
はな ひと
よいので、なやみを話してください。周りの人に話しづらいときには、でんわ
そうだん まどぐち
メール、ネットで相談できる窓口もあります。

まわ げんき ともだち
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、
せつきよくてき こえ
しんらいできるおとなにつないであげてください。また、みぢか そうだん ばしょ
身近に相談できる場所
としてどんなものがあるのか調べてみてください。

そうだんまどぐち どうが
相談窓口のしょうかい動画

<Youtube>



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



でんわ どう そうだんまどぐち
電話やメール、ネット等の相談窓口

さき そうだんまどぐちいちらん
(リンク先に相談窓口一覧があります。)

24時間年中30分ダイヤル(通話料無料) なやみまもろう
0120-0-78310



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

れいわ ねん がつ
令和4年1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



文部科学省

中学生・高校生のみなさんへ
～ 不安や悩みを話してみよう ～

明けましておめでとうございます。冬休みも終わりましたが、自分自身の進路の問題や、家庭内の問題、あるいは友人関係などで、不安や悩みを抱えている人はいませんか。

誰にでも悩みや不安はあるものです。悩みや不安を一人で抱え込まず、家族、先生、スクールカウンセラー、周りの友達、誰にでもいいからあなたの悩みを話してみませんか。必ずあなたの味方になってくれる人がいます。周りの人に相談しづらいときは、電話やメール、ネットで相談できる窓口もあります。気軽にあなたの悩みを話してみてください。

あなたの周りに元気がない友達がいたら、積極的に声をかけて、信頼できる大人につないでください。また、ぜひ身近に相談できる機関としてどのようなものがあるのか調べてみてください。

相談窓口などのPR動画
<Youtube>



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



電話やメール、ネット等の相談窓口
(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(緊急時無料) なやみあひだろ
0120-0-78310



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

令和4年1月
文部科学大臣 末松 信介