



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～

夏休みが明け、学校が始まりますが、みなさんはどんな気持ちでしょう  
 か。学校で久しぶりに友達と話をしたり、みんなで勉強したりでき  
 るのが楽しみな人もいれば、もしかすると、いつもの生活や学校生活に  
 困ったことや嫌なことがある人、学校が始まるのが不安な人もいるか  
 もしれません。

みなさんだけではなく、だれにでも不安やなやみはあるものです。  
 不安やなやみがあるときは、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、友達など、信頼できる人になやみを話してみま  
 せんか。

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、生きていくうえでとても大切なことです。ためらわずにまず  
 は相談してみましょう。以下で紹介している相談窓口では、いつでも  
 あなたの悩みを聞いてくれる人がいます。

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ましょう。

相談窓口のしょうかい動画



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



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、法務省などの相談窓口一覧もあります。)



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



令和6年8月

文部科学大臣

もりやま まさひと  
盛山 正仁