



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 ～

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  
ふあん ひと  
が不安な人もいるかもしれません。

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

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

また、あなたのまわ げんき ともだち せつきよくてき こえ  
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。あなたのこえ ともだち げんき  
声かけで、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」

そうだんまどぐちしょうかいどうが  
(相談窓口紹介動画)



<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

(リンク先に相談窓口一覧があります。)

0120-0-78310



24時間子ども  
SOSダイヤル ☎0120-0-78310



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

もんぶかがくだいじん はぎうだ こういち  
文部科学大臣 萩生田 光一