

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^{しんねんど}新年度をむかえますが、みなさんはどんな^{きもち}気持ちでしょうか。楽しく^{たのあか}明るい^{きもち}気持ちでむかえられる^{ひと}人もいれば、新しい^{あた}クラスで^{ともだち}友達ができるか、^{がくねん}学年が^あ上がって^{べんきょう}勉強についていけるかといった^{ふあん}ことに^{なや}不安や^{なや}悩みを抱えている^{ひと}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^{ふあん}不安や^{なや}悩みはある^{ふあん}ものです。不安や^{なや}悩みがある^{ひとり}ときには、^{かぞく}一人で^{せんせい}かかえ^{がっこう}こまないで、^{ともだち}家族や^{せんせい}先生、^{がっこう}学校の^{スクールカウンセラー}スクールカウンセラー、^{ともだち}友達、^{だれでも}だれでも^{よいので}よいので、^{じぶん}自分の^{こころ}心の^{うち}内を^{はな}話してみませんか。^{はなし}話を^き聞いて^{もらう}もらう^{こと}ことで、^{こころ}心が^かすっと^{かる}軽くなる^{こと}こともあります。

どうしても^{まわ}周りの^{ひと}人に^{はな}話^{づらい}づらい^{とき}ときには、^{でんわ}電話や^{メール}メール、^{ネット}ネットで^{そうだん}相談^{できる}できる^{まどぐち}窓口^{があります}があります。人に^{ひと}相談^{すること}することは^{けつ}決して^{はずか}はずかしい^{こと}ことではなく、^い生きて^{いく}いく^{うえ}うえで^{とても}とても^{だいじ}大切な^{こと}ことです。ため^ららずに^ままずは^{そうだん}相談^{して}して^{みま}みましょう。以下で^い紹介^{している}している^{そうだん}相談^{窓口}窓口では、^{いつ}いつでも^{あなた}あなたの^{なや}悩みを^き聞いて^{くれる}くれる^{ひと}人が^{います}います。

もし、あなたの^{まわ}周りに^{げんき}元気が^{ない}ない^{ともだち}友達^{がいたら}がいたら、^{せっきよくてき}ぜひ^{こえ}積極的に^{こえ}声を^{かけて}かけて、^{しんらい}しんらい^{できる}できる^{おとな}大人^{につない}につない^でで^{ください}ください。また、^{みちか}身近に^{そうだん}相談^{できる}できる^{ばしょ}場所^{として}として^{どなた}どなた^{ところ}ところ^{がある}があるのか^{しら}調べて^{みま}みましょう。

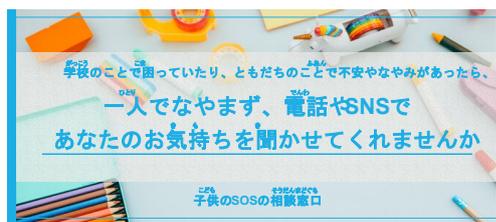
そうだんまどぐち
相談窓口のしょうかい動画



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>

でんわ
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://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/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
文部科学大臣

もりやま まきひと
盛山 正仁

保護者や学校関係者等のみなさまへ

厚生労働省・警察庁の統計によると、令和5年における児童生徒の自殺者数（暫定値）は507人と高い水準であり、特に女子児童生徒の自殺者数は、前年に比べて大きく増加したことが分かっています。また、学生の令和5年における自殺者数（暫定値）は407人であり、児童生徒、学生ともに大変憂慮すべき状況にあります。

新年度には児童生徒等の環境が大きく変化することもあり、この時期には、不安や悩みを抱える児童生徒等が増えることが考えられます。

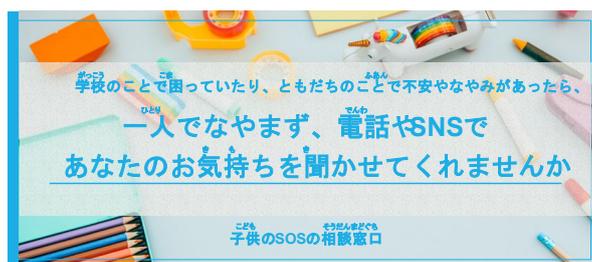
保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、以下のような児童生徒等の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、不安や悩みの声に耳を傾けて適切に受け止めていただくとともに、学校、家庭、地域、警察や医療機関などの関係機関等で緊密に連携し、不安や悩みを抱える児童生徒等が孤立することのないよう、地域全体で支援していただきますようお願いいたします。

（自殺直前のサインの例）

- ・ これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う
- ・ 成績が急に落ちる
- ・ 注意が集中できなくなる
- ・ 身だしなみを気にしなくなる
- ・ 健康管理や自己管理がおろそかになる
- ・ 不眠、食欲不振、体重減少などのさまざまな身体の不調を訴える

電話やメール、ネット等の相談窓口

（リンク先には学校や警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。）



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

令和6年2月
文部科学大臣 盛山 正仁