

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。

もし、困ったことや嫌なことがあったときには、家族や先生、学校のスクールカウンセラー、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。あなたの声がけで、友達が元気になるかもしれません。

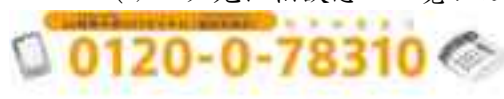
「君は君のままでいい」

(相談窓口紹介動画)


<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。)


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

令和三年八月

文部科学大臣 萩生田 光一

## 保護者や学校関係者等のみなさまへ

コロナ禍において、児童生徒等の自殺者数が大きく増加しています。また、長期休業明けには、児童生徒等の自殺者数が増加する傾向にあり、不安や悩みを抱える子供たちが増えることも考えられます。

- ・ 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
- ・ 不安やイライラが増し、落ち着きがなくなる
- ・ 投げやりな態度が目立つ
- ・ 健康管理や自己管理がおろそかになる

保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、こうした子供の態度に現れる微かなサインに注意を払っていただき、子供たちの不安や悩みの声に耳を傾けていただくようお願いいたします。

### 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。)



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

令和三年八月  
文部科学大臣 萩生田 光一