



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 ～

なつやす お がっこう ひさ 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ます。もしかすると、いつもの  
せいかつ がっこうせいかつ こま ひと がっこう はじ  
生活や学校生活に困ったことや、イヤなことがある人、学校が始まるこ  
とが不安な人もいるかもしれません。

こま かぞく せんせい がっこう  
もし、困ったことや、イヤ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、ともだち  
友達、だれでもよいので、なやみを話してみ  
てください。

まわ ひと そうだん でんわ  
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、つか そうだんまどぐち えん  
相談窓口で遠くもなくあなたのなやみを聞かせてください。

まわ げんき ともだち せっきよくてき こえ  
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。あなたのこえ  
声がかけて、ともだち げんき  
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」

（相談窓口しょうかい動画）



<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



[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