



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人もいれば、^{あた}新しいクラス
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
ことに^{ふあん}不安や^{なか}なやみを^{かか}抱えている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^{なか}なやみはあるものです。^{ふあん}不安
や^{なか}なやみがあるときには、^{ひとり}一人^{かぞく}でかかえこまないで、^{せんせい}家族や^{がっこう}先生、^{うち}学校
の^{ともだち}スクールカウンセラー、^{ともだち}友達、だれでもよいので、^{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^き聞いてもらうことで、^{こころ}心が^{かる}すっと^{かる}軽くな
ることもあります。

どうしても^{まわ}周りの^{ひと}人に^{はな}話しづらいときには、^{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^{まどぐち}できる^{まどぐち}窓口^{ひと}があります。^{ひと}人に^{そうだん}相談^{けつ}することは^{けつ}決してはずか
しいことではなく、^い生きていく^{たいせつ}うえでとても^{たいせつ}大切な^{こと}ことです。ためら
わずに^{そうだん}まずは^い相談^いしてみましよう。以下で^{しょうかい}紹介^{そうだん}している^{まどぐち}相談^{まどぐち}窓口
では、いつでもあなたの^{なか}悩みを^き聞いてくれる^{ひと}人がいます。

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

^{そうだんまどぐち}相談窓口の^{しょうかい}しょうかい^{どうが}動画

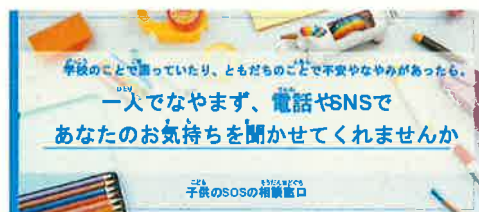


<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



^{でんわ}電話や^{メール}メール、^{ネット}ネットなどの^{そうだんまどぐち}相談窓口

(^{さき}リンク先には^{けいさつ}警察、^{じどうそうだんじょ}児童相談所などの^{そうだんまどぐち}相談窓口^{いちらん}一覧も^{いちらん}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 もりやま まさひと
文部科学大臣 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/shoutou/sci_toshidou/06112210.htm