



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、学校が始まることか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、ネットなどをを使って、相談窓口に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。あなたの声かけで、友達が元気になるかもしれません。

「君は君のままがいい」

(相談窓口紹介動画)



<https://youtu.be/C1ZT8wR26I>



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



電話番号 0120-0-78310



[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/sei1oshiki/06112210.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/sei1oshiki/06112210.htm)

令和三年八月  
文部科学大臣 萩生田 光一