



文部科学省

小学生のみなさんへ 不安や悩みがあつたら話してみようへ

なつやすす 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ことのが楽しみな人もいるでしょう。もしかすると、いつも生きながら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間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、相談窓口に遠慮なくあなたのお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)



□ 0120-0-78310



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>

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

れいわきんねんはちがつ
令和三年八月
もりぶかがくだいじん
文部科学大臣
はぎうだ こういち
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
- ・不安やライラカが増し、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

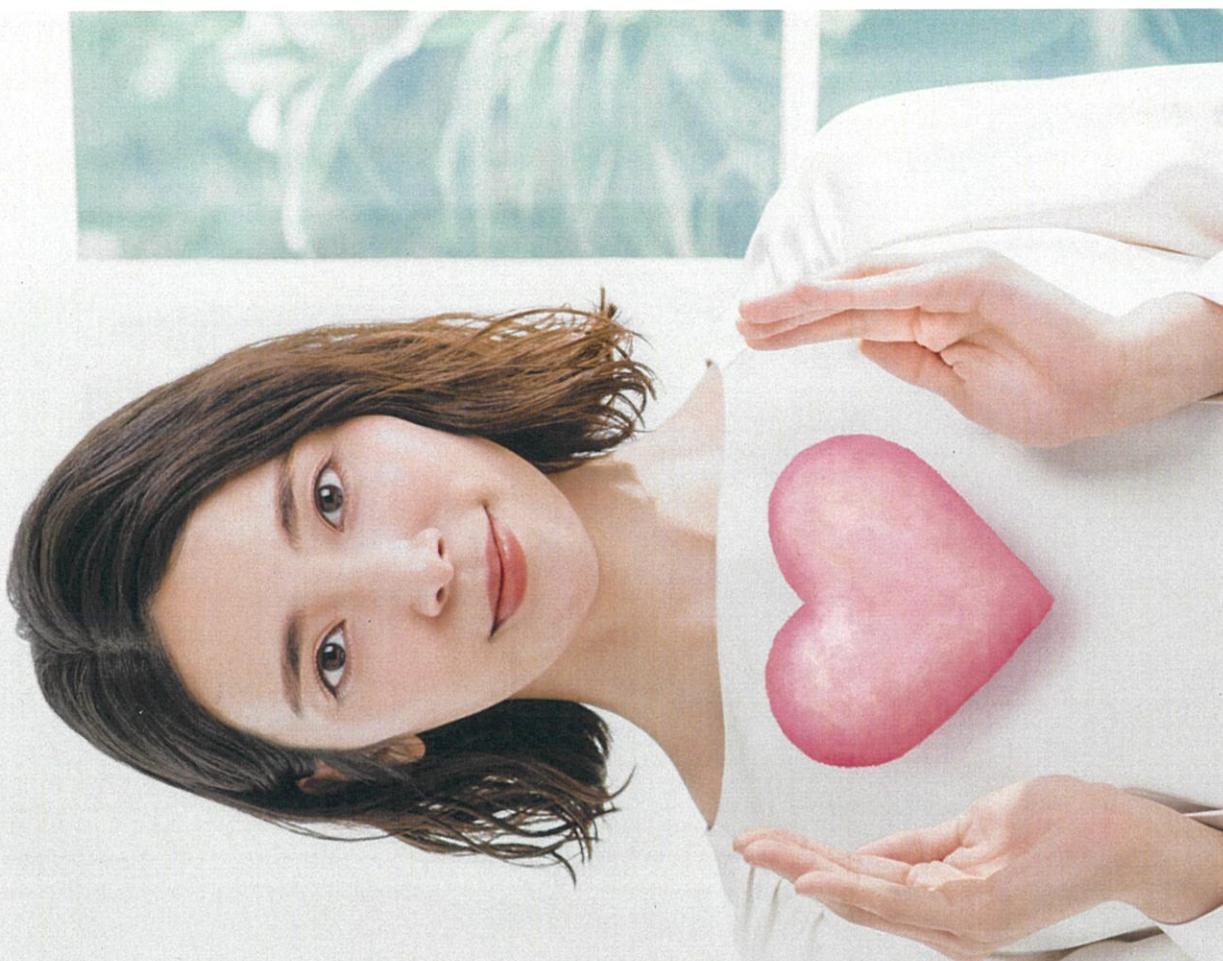
保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、こうした子供の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、子供たちの不安や悩みの声に耳を傾けていただくようお願いいたします。

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

令和三年八月
文部科学大臣 萩生田 光一



心配する気持ちを、ただ伝える。
それが、いのちを支える「ゲートキーパー」に
はじめてできること。

心配する気持ちを、ただ伝える。

それが、いのちを支える「ゲートキーパー」に
はじめてできること。



まもろうよこころ 検索

相談窓口や自殺対策の取り組みについて紹介しています。



ゲートキーパーとは
悩んでいる人に気づき、声をかけ、
話を聞いて、必要な支援につなげ、
見守る人のこと。

SNS相談案内

LINE:チャットで
相談ができます。
まもろうよこころ SNS 検索

支援情報検索サイト
電話、メール、SNSなど様々な
方法の相談窓口を紹介しています。

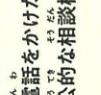
支援情報検索サイト
IP電話及びLINE OUTからおかけの方

まもろうよ
0570-064-556
こころ



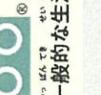
こころの
健康相談統一
ダイヤル
24時間対応

まもろうよ
0120-279-338
ささえる
フリーダイヤル
つなぐ
FAXで相談される方



よりそい
ホットライン
24時間対応

まもろうよ
0120-279-226
岩手県・宮城県・福島県内からおかけの方
ガイダンスで専門的な相談も選べます(外國語含む)



IP電話及びLINE OUTからおかけの方
050-3655-0279

9月10日～9月16日は自殺予防週間です。