



文部科学省

しょうがくせい  
小学生のみなさんへ  
ふあん なや はな  
～不安や悩みがあつたら話してみよう～

もんぶかがくだいじん としこ  
こんなちは。文部科学大臣のあべ俊子です。

たいせつ  
自分を大切にすることが、一番大切です。

あたら ともだち  
新しいクラスで友達ができるか。

がくねん あ べんきょう  
学年が上がって勉強についていけるか。

しんねんど ふあん なや かか ひと  
新年度を前に、色々な不安や悩みを抱えている人もいると思います。

ふあん なや ひとり かか こ かぞく ともだち せんせい  
不安や悩みがあるときには、一人で抱え込まないで、家族や友達、先生、  
スクールカウンセラー、誰でもよいので、自分の心の内を話してみてく  
ださい。

まわ ひと はな でんわ  
どうしても周りの人に話しづらいときには、電話やメール、ネットで  
そうだん そくざん じぶん こころ うち はな  
相談してみてください。

まわ げんき ともだち せつきょくとき こえ  
もし、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、信頼できる大人につないでください。

もんぶかがくだいじん もんぶかがくしょういちがん ふあん なや  
文部科学大臣としても、文部科学省一丸となって、みなさんの不安や悩  
みを受け止め、みなさんが安心できる環境づくりに向けて頑張っていき  
ますので、みなさんもためらわずに相談してくださいね。必ず味方にな  
ってくれる人がいます。

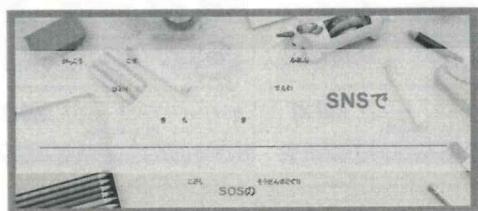
そうだんまどぐち どうが  
相談窓口のしょくかい動画



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



でんわ そうだんまどぐち  
電話やメール、ネットなどの相談窓口  
(リンク先には警察、児童相談所などの相談窓口一覧もあります。)



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

れいわ ねん がつ  
令和7年2月  
もんぶかがくだいじん あべ としこ  
文部科学大臣 あべ 俊子

