

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 ～



くれし しょうがくせい
呉市の小学生のみなさん、2学期が始まりましたね。みなさん
いま き も
は今、どんな気持ちでしょうか。ともだち はなし
友達と話をしたり、みんなで勉
きょう
強したり、がくしゅうはっぴようかい
学習発表会などの2学期の行事が楽しみな人もいれば、もしかすると、
がっ き ぎょうじ たの ひと
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、不安やなやみのある人も
せいかつ がっこうせいかつ こま いや ひと ふあん
いるかもしれません。また、特に理由はなくても、きりよく
きりよく
やりとした不安を抱えていたりする人もいます。

みなさんだけでなく、だれにでも不安やなやみはあるものです。わたし ふあん
私にも不安やな
やみがあります。ふあん
不安やなやみがあるときは、ひとり
一人でかかえこまず、かぞく せんせい がっこう
家族や先生、学校
のスクールカウンセラー、ともだち
友達など、しんらいでできる人になやみを話してみませんか。
せんせい
先生たちもあなたが抱えている心の痛みについていっしょ かんが
一緒に考えます。はなし き
話を聞いても
らうことで、こころ
こころ
心がずっと軽くなることもあります。そうだん
相談してくれるとうれしいです。

どうしても周りの人に話しづらいときは、でんわ
電話やメール、ネットで相談できる窓口
もあります。ひと そうだん
人に相談することは決してけつ
けつ
恥ずかしいことでなく、い
生きていくうえでとて
も大切なことです。たいせつ
ためらわずにまずは相談してみましょう。こころ こえ
「心の声をきかせて」
のリーフレットでしょうかい
紹介している相談窓口では、いつでもあなたのなやみをき
聞いてく
れる人が必ずいます。

がっ き
2学期もみなさんが元気にげんき
げんき
登校でき、とうこう
楽しい学校生活がたの
送れることをねが
願っています。

れいわ ねん がつ
令和7年9月

くれしきょういくいいんかいきょういくちょう てらもと ありのぶ
呉市教育委員会教育長 寺本 有伸

