

しょうがくせい  
小学生のみなさんへ

ふあん なや はな  
～ 不安や悩みがあったら話してみよう ～



くれし しょうがくせい がつき はじ  
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 ともだち はなし  
は今、どんな気持ちでしょうか。友達と話をしたり、みんなで勉  
きょう がくしゅうはっぴょうかい がつき ぎょうじ たの ひと  
強したり、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、  
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  
いるかもしれません。

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。わたしにも不安やな  
やみがあります。ふあん なやみがあるときは、ひとり  
不安やなやみがあるときは、一人でかかえこまず、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 かか こころ いた いっしょ かんが はなし き  
先生たちもあなたが抱えている心の痛みについて一緒に考えます。話を聞いても  
らうことで、こころ かる  
心がす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。

どうしてもまわりの人に話しづらいときは、でんわ メール、ネットでそうだん  
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恥ずかしいことではなく、生きていくうえでと  
てもたいせつ  
大切なことです。ためらわずにまずはそうだん  
相談してみましょう。「相談してみよう」の  
リーフレットで紹介しているそうだん  
相談窓口では、いつでもあなたのなやみを聞いてくれ  
るひと かなら  
人が必ずいます。

がつき げんき どうこう たの がっこうせいかつ おく ねが  
2学期もみなさんが元気に登校でき、楽しい学校生活を送れることを願っています。

れいわ ねん がつ  
令和5年9月

くれしきょういく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

