



保護者や学校関係者等のみなさまへ

こんにちは。文部科学大臣のあべ俊子です。

今、子供たちの自殺は、極めて深刻な状況にあります。

子供たちの自殺を未然に防ぐには、子供たちの態度に現れる微妙なサインに注意を払うことが重要です。

- ・ 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
- ・ 注意が集中できなくなる
- ・ 身だしなみを気にしなくなる
- ・ 健康管理や自己管理がおろそかになる
- ・ 不眠、食欲不振、体重減少などのさまざまな身体の不調を訴える

といったようなサインが見られたら、不安や悩みの声に耳を傾け、受け止めてあげてください。

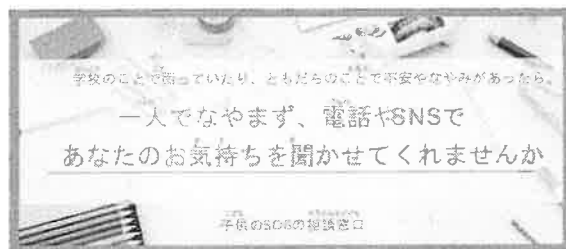
一人一人の声かけが、悩みや不安を和らげることにつながります。

そして、学校関係者のみなさまにおかれましては、不安や悩みを抱える子供たちが孤立することのないよう、学校、家庭、地域、福祉部局、警察、医療機関などの関係機関で緊密に連携し、地域全体で支援していただきますようお願いいたします。

文部科学大臣としても、文部科学省一丸となって、こうした不安や悩みを受け止め、安心して学べる環境づくりに向けて頑張っていきます。

電話やメール、ネット等の相談窓口

(リンク先には学校や警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。)



https://www.mext.go.jp/a_menu/shorou/scitoshidou_06112210.htm

令和7年2月

文部科学大臣 あべ 俊子

あなたの声を聞かせてください

何となく不安を感じたり、心がもやもやしたりすることはありませんか。そんな時は、ご家族やご友人など、身近な人に相談してみることで、気持ちが少し楽になることもあります。身近な人に話しづらい時は、悩みや困りごとの内容に応じた電話やSNSでの相談窓口もあるので、ぜひ連絡してみてください。匿名でも大丈夫です。

また、身近な人の様子がいつもと違うと感じた場合には、声をかけてみてください。こどもの周りにいる大人の皆様は、こどもの態度に現れる小さなサインを見逃さないよう、こどもの声に耳を傾けるようにしてください。その声かけが、不安や悩みを少しでもやわらげることにつながるかもしれません。

令和7年2月 28 日

厚生労働大臣 福岡 資麿

文部科学大臣 めんい 俊子

こども政策担当大臣

孤独・孤立対策担当大臣

三原 じゅん子



厚生労働省 Web サイト「まもろうよこころ」

▶ 電話や SNS の相談窓口等を分かりやすく紹介

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



わかもの
こども・若者のみなさんへ

はる せいかつかんきょう へんか ひと おも しんろ しょうらい
春から生活環境が変化する人もいます。進路や将来のこと、
ゆうじん かぞく なや なん ふあん かん
友人や家族のことで悩んだり、何となく不安を感じたりしていませんか。

そんな時は、誰かに話すことで少し気持ちが変化することもあると言わ
れています。家族や友人など、身近な人に話してみることで、心が楽にな
ることもありますが、身近な人に話しづらい時には、SNSでの相談窓口や
みちか ひと はな とき えすえぬえす そうだんまどぐち
こころを落ち着けるためのWebサイトもあります。自分の名前を言わなくても
お つ うえぶ じぶん なまえ い
だいじょうぶ じぶん ほうほう なや った
大丈夫です。ぜひ、スマホなど自分にとってやりやすい方法で、悩みを伝
えてみていただけたらと思います。

もしあなたのまわりで様子がいづもと違ふと感じる人がいたら、声をかけ
ようす ちが かん ひと こえ
て、信頼できる大人につないでください。その一歩が、悩んでいる方にとっ
しんらい おとな いっぽ なや かた
ては、大きな支えとなります。また、皆さんが不安や悩みを一人で背負わ
おお ささ みな ふあん なや ひとり せお
なくていいような環境を私たちも一緒に考えていきます。
かんきょう わたし いっしょ かんが

れいわ ねん がつ にち
令和7年2月28日



こうせいろうどうだいじん ふくおか たかまる
厚生労働大臣 福岡 資麿
もんぶかがくだいじん としこ
文部科学大臣 小池 信子
せいさくたんどうだいじん
こども政策担当大臣
こどく こりつたいさくたんどうだいじん
孤独・孤立対策担当大臣 三原 じゅん子

こうせいろうどうしょうえぶ
厚生労働省Webサイト「まもろうよこころ」
でんわ えすえぬえす そうだんまどぐちわ しょうかい
▶電話やSNSの相談窓口等を分かりやすく紹介
<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

