

皆さんの気持ちとともに

新学期を目前にして、皆さんの気持ちはどんな状態ですか。不安や悩みがある人もいるかもしれません。自分の今後の進路や学校での友だち関係、家庭の状況に関して不安を感じたり、悩んだりすることは誰にでもあります。そうした気持ちもまた、あなたの大切な気持ちです。

不安や悩みを感じる状況の中で生活することは、楽ではないかもしれませんが、そのようなとき、例えば、身体を動かしてみたり、ちょっと声に出してみたりするなど、あなたの気持ちが少しでもほっとする方法を、見つけてもらうとともに、その不安や悩みをなくす方法について、一緒に探していきたいと思います。

不安や悩みの背景には、この国や社会全体の抱える問題があることも考えられます。あなただけが不安や悩みを一人で背負わなくてもいいように、皆さんの今が、そしてこれからが少しでも心地よいものとなるように、私も一緒に真剣に考えていきます。

日々子どもたちと関わる皆さん、こどもの様子がいつもと違うと感じた場合には、ぜひ、そっと声をかけ、そばにいて、こどもの「こえ」に耳を傾けてください。そして、下記のようなこどものための相談窓口も子どもたちにご紹介ください。

こどもからのメッセージを一人で抱え込まず、周囲と共有しながら、ご自身のことも大切にしていただけたらと思います。社会のおひとりおひとり、皆でこどものこころと身体を支えていきましょう。

このメッセージを読んでいただき、ありがとうございます。

令和6年8月27日

こども政策担当大臣 加藤 鮎子

厚生労働省ウェブサイト
「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



文部科学省ウェブサイト
「子供のSOSの相談窓口」

➤ リンク先には警察、児童相談所の
相談窓口一覧もあり



内閣府孤独・孤立対策推進室ウェブサイト
「あなたはひとりじゃない」

➤ 相談窓口をチャットボットで紹介

