

保護者や学校関係者等のみなさまへ

厚生労働省・警察庁の統計によると、令和5年における児童生徒の自殺者数は過去最多であった令和4年の514人に次ぐ513人となり、引き続き、大変憂慮すべき状況にあります。特に高校生の女子生徒の自殺者数は、前年に比べて大きく増加しております。また、学生の自殺者数も増加傾向にあります。

長期休業明けには、児童生徒の自殺者数が増加する傾向にあり、この時期には、不安や悩みを抱える児童生徒等が増えることも考えられます。

保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、以下のような児童生徒等の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、不安や悩みの声に耳を傾けて適切に受け止めていただくとともに、学校、家庭、地域、警察や医療機関などの関係機関等で緊密に連携し、不安や悩みを抱える児童生徒等が孤立することのないよう、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。

(自殺直前のサインの例)

- ・ 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

電話やメール、ネット等の相談窓口

(リンク先には警察、児童相談所、法務省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

令和6年8月
文部科学大臣 盛山 正仁



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～

なつやす あ がっこう はじ きも
夏休みが明け、学校が始まりますが、みなさんはどんな気持ちでしよ
うか。がっこう ひさ ともだち はなし べんきょう
学校で久しぶりに友達と話をしたり、みんなで勉強したりでき
るの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
たの ひと せいかつ がっこうせいかつ
困ったことや嫌なことがある人、学校が始まるのが不安な人もいるか
こま いた ひと がっこう はじ ふあん ひと
もしれません。

みなさんだけではなく、だれにでも不安やなやみはあるものです。
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
ともだち しんらい ひと はな
スクールカウンセラー、友達など、信頼できる人になやみを話してみま
せんか。

どうしても周りの人に話しづらいときには、でんわ
電話やメール、ネット
でんわ
相談できる窓口もあります。ひと そうだん けつ
人に相談することは決してはずかしいこと
ではなく、い
生きていくうえでとても大切なことです。ためらわずにまず
は そうだん
相談してみましょう。い か しょうかい
以下で紹介している相談窓口では、いつでも
あなた なや き
の悩みを聞いてくれる人がいます。

もし、あなたのまわ
周りにげんき
元気がないともだち
友達がいたら、せつきよくてき こえ
ぜひ積極的に声を
かけて、しんらい
しんらいできる大人につないであげてください。また、みぢか
身近に
そうだん
相談できる場所としてどんなところがあるのか調べてみましょう。

そうだんまどぐち どうが
相談窓口のしょうかい動画



<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>



でんわ
電話やメール、ネットなどの相談窓口

きき けいさつ じどうそうだんじょ ほうむしょう そうだんまどぐちいらん
(リンク先には警察、児童相談所、法務省などの相談窓口一覧もあります。)

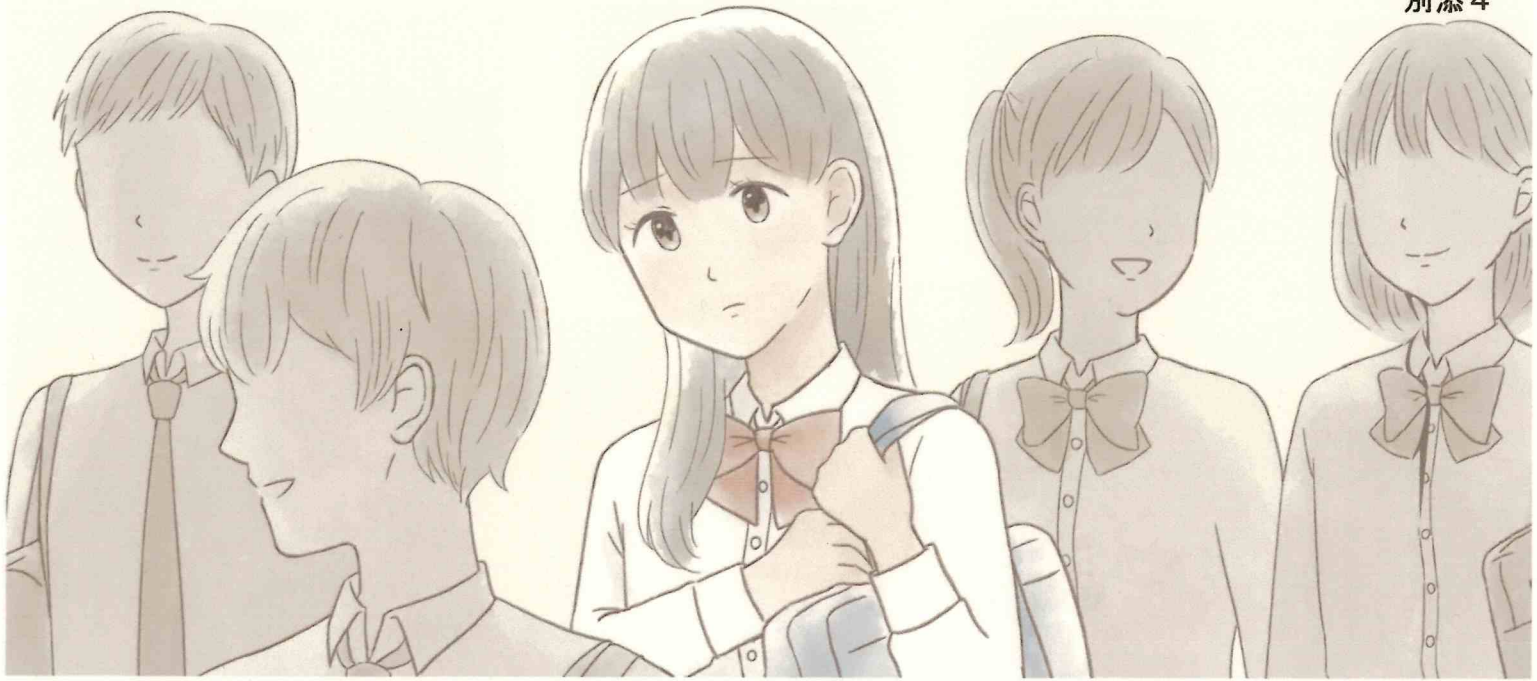


https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm

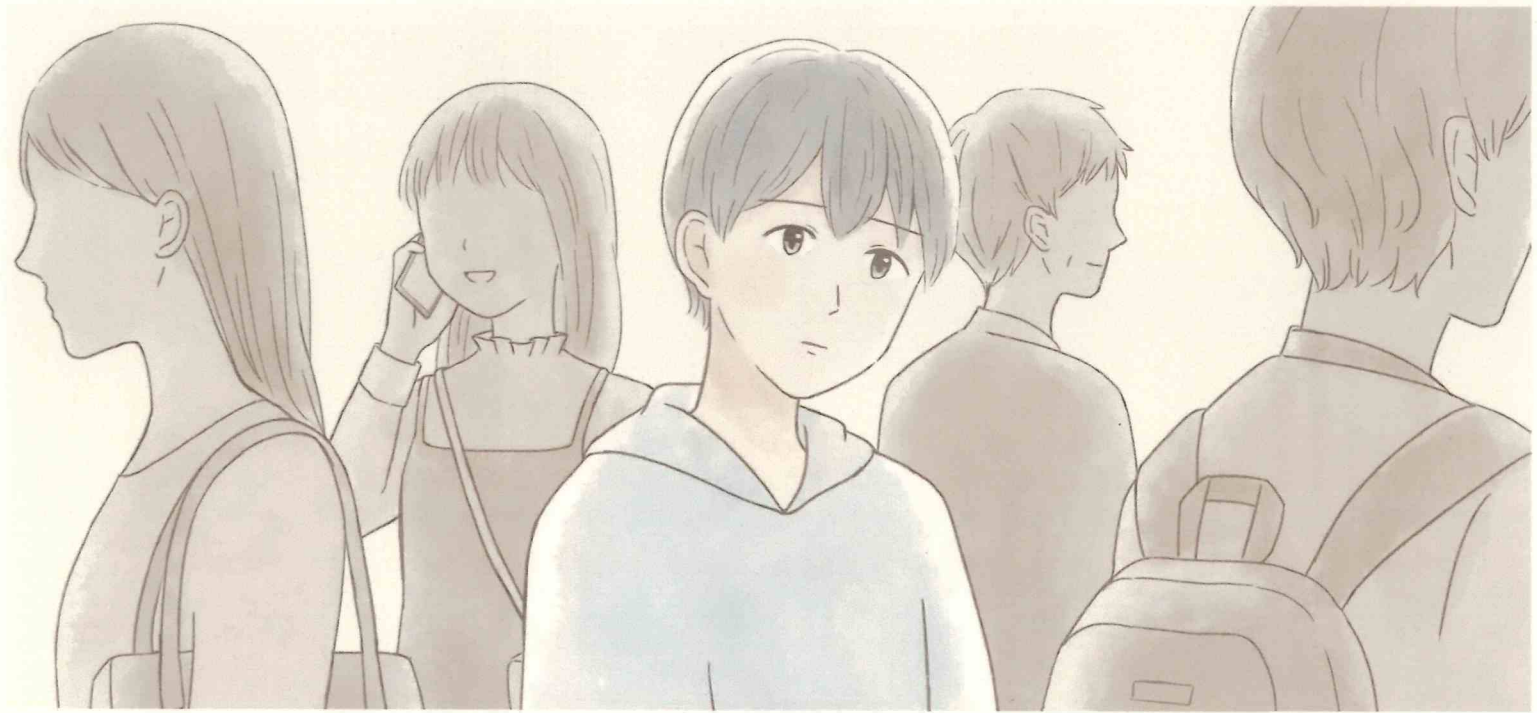


れいわ ねん がつ
令和6年8月

もんぶかがくだいじん もりやま まさひと
文部科学大臣 盛山 正仁



ひとりで悩んでいるあなたへ。
 知らせてほしい、心のSOS。



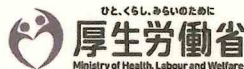
心がもやもやしたり、ざわついたら、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら



まもろうよこころ

検索



9月10日～16日は自殺予防週間です。

こんな不調や悩みを感じたら 相談してください



眠れない



怒りやすくなった



口数が減った



食欲がない

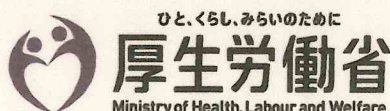
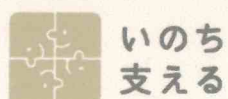


不安を感じる




ひきこもりがち

相談先は裏面をご覧ください ▶▶



#いのちSOS (NPO法人自殺対策支援センターライフリンク)

 **0120-061-338**

月・木・金 0時~24時(24時間) 火~水/土~日 6時~24時

よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)

 **0120-279-338** (24時間)

いのちの電話 (一般社団法人 日本いのちの電話連盟)


 **0120-783-556**

毎日 16時~21時 毎月10日 8時~翌日8時(24時間)

 **0570-783-556**

毎日 10時~22時

こころの健康相談統一ダイヤル (地方自治体の窓口)

 **0570-064-556**

相談対応の曜日・時間は自治体によって異なります。

SNSでの相談は

まもろうよこころ

検索

