

保護者や学校関係者等のみなさまへ

コロナ禍において、児童生徒等の自殺者数が大きく増加しています。また、長期休業明けには、児童生徒等の自殺者数が増加する傾向にあり、不安や悩みを抱える子供たちが増えることも考えられます。

- ・これまでに関心が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

保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、こうした子供の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、子供たちの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な連携体制を築いていただきますようお願いいたします。

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/jss/kyosei/kyosei/kyosei/01/0220337a>

令和四年八月  
文部科学大臣 永岡 桂子

## 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



不安に感じる



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 0時~24時(24時間) 火~水/金~日 8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

