

わかもの
ことわき・若者のみなさんへ

春から生活環境が変化する人もいると思します。進路や将来のこと、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と心が楽になります。おこりますが、身近な人に話づらい時には、SNSでの相談窓口やこちら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、悩みを伝えてみただけたらと思います。

もしかしたら、あなたのまわりで様子がいつもと違うと感じる人がいたら、声をかけ、信頼できる大人につないでください。その一歩が、悩んでいる方にとつては、大きな支えとなります。また、皆さんのが不安や悩みを一人で背負わ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。

れいわねんがつにち
令和7年2月28日



こうせいいろうどうだいじん
厚生労働大臣
ちんぶつかくたいじん
文部科学大臣
ぶんぶくかがくたいじん
ことども政策担当大臣
せいさくたんどうだいじん
孤独・孤立対策担当大臣
こどくこりつたいさくたんどうだいじん

福岡 滝磨
ふくおか たかまろ
ことじい

三原 嘉門
みはら かどる

こうせいいろうどうだいじん
厚生労働省Webサイト「まもろうよこころ」について
福岡県ではこのWebサイトを運営しています。
相談窓口は、この電話番号
092-941-0100
または
<https://www.mhlw.go.jp/stf/mamorouyokokoro/>