



そ う だ ん
相談してみよう



なや
悩んでいることがあったら、まわりの人^{ひと}に話^{はな}してみよう。

かぞく とも せんせい ちか はな ひと
家族，友だち，先生たち … 近くの話しやすい人^{ひと}に！

あなたの「**元気**」と「**笑顔**」は、

だれ ちから
誰かの力になれる

