



ふゆやす

そうだんまどぐち



こんな気持ちになった時は、**相談**してね。

- ・ひとりぼっちだと感じる かん
 - ・さびしい、かなしいと思う おも
 - ・今の気持ちを聞いてほしい いま き も き
 - ・不安で眠れない ふあん ねむ
 - ・だれに相談したらよいかわからない そうだん

相談することは、かっこわるいことじゃないよ。

ひとり なや じぶん そと おも だ
一人で悩まないで、自分の外に思いを出そう。

