

児童生徒のみなさんへ 保護者のみなさんへ

さがけんきょういこうがっこうきょういこうかせいとしえんしつ
佐賀県教育庁学校教育課生徒支援室

がっこうかていせいかつなか
学校や家庭での生活の中で、ひとりで悩んだり、不安に思ったりしていることはありませんか。

また、しんぱいごとふあんきもだれ
また、心配事や不安な気持ちを誰にも相談できずにひとりで抱えていませんか。







そんなときひとりでかかこ
そんな時は一人で抱え込まずに、まずは身近な人に相談をしてみてください。心配事や悩みを話す
ことで心がすこし楽になります。まわりに相談できる人がいない、相談しにくいと感じる時は次の相
談窓口を利用してみてください。何気ない会話でも心は落ち着きます。

ほごしやかたこさま
保護者の方も、お子様のことで心配なことなど、ご相談ください。

【こころの相談窓口】

れいわねんがつこうしん
(令和5年2月更新)

電話相談 (でんわそうだん)	
こころ 心のテレホン	0952-30-4989 (24時間)
いじめホットライン	0952-27-0051 (24時間)
じかんこども 24時間子供SOSダイヤル	0120-078-310 (24時間) ※相談窓口PR動画「君は君のままでいい」 https://youtu.be/CiZTk8vB26I
こじんけんぼん 子どもの人権110番	0120-007-110 (平日8:30~17:15)
さが 佐賀こころの電話	0952-73-5556 (平日9:00~16:00)
さがけんじさつぼうやかんそうだんでんわ 佐賀県自殺予防夜間相談電話	0120-400-337 (毎日23:00~5:00)
さが 佐賀いのちの電話	0952-34-4343 (24時間)
ヤングテレホン	0120-29-7867 (平日8:30~17:15) (佐賀県警察少年サポートセンター)
チャイルドライン 【18歳までの子ども専用】	0120-99-7777
よりそいホットライン	0120-279-338
じどうそうだんしよぎやくたいおう 児童相談所虐待対応ダイヤル	189
がいこくじん 外国人のための人権相談【法務省】 (Human Rights Counseling for Foreigners)	0570-090911 (平日9:00~17:00) https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html
電話相談 (でんわそうだん) ・ 来所相談 (らいしよそうだん)	
さがけんせいしんほけんふくし 佐賀県精神保健福祉センター	0952-73-5060 (平日8:30~17:15)
さがけんきょうい 佐賀県教育センター	0952-62-2189 (電話相談専用ダイヤル) (平日8:30~17:00)
ほけんふくしじむしょ 保健福祉事務所 (いずれも、平日8:30~17:15)	
○佐賀県中部保健福祉事務所 : 0952-30-1691	○鳥栖保健福祉事務所 : 0942-83-3579
○唐津保健福祉事務所 : 0955-73-4187	○伊万里保健福祉事務所 : 0955-23-2101
○杵藤保健福祉事務所 : 0954-22-2105	

SNS等（とう）による相談（そうだん）		けんさく ネット検索		こうせいろうどうしやう 厚生労働省 SNS相談		Q	
スクールサイン <small>せいとせんよう</small> 【生徒専用】	<small>せんよう</small> 専用のWebページ（24時間） <small>けんない けんりつこうとうがっこう ちゆうがっこうや とくべつしえんがっこう ちゆうがくぶ こうとうぶ せいと りやうかのう</small> ※県内の県立高等学校、中学校及び特別支援学校（中学部、高等部）の生徒のみ利用可能 <small>がっこう せいと はいふ にじげん</small> ※学校から生徒に配布されているカードの二次元コードやURLからアクセスできます。						
<small>い</small> 生きづらびっと	LINE @yorisoi-chat	<small>げつ きん</small> 月・金	11:00～22:30（22:00まで受付）	<small>うけつけ</small> 11:00～16:30（16:00まで受付）			
こころのほっと チャット	LINE 	ツイッター 	フェイスブック 	チャット 	@kokorohotchat <small>だいぶ まいにち</small> 第1部 毎日 12:00～（15:00まで受付） <small>だいぶ まいにち</small> 第2部 毎日 17:00～（20:00まで受付） <small>だいぶ まいにち</small> 第3部 毎日 21:00～（23:00まで受付）		
あなたのいばしょ	オンラインのチャット相談（24時間） https://talkme.jp/						
<small>じんけんそうだん</small> SNS人権相談	<small>めい</small> アカウント名：SNS人権相談 <small>けんさく</small> 検索ID：@snsjinkensoudan			