

じどうせいと ほごしや **児童生徒のみなさんへ 保護者のみなさんへ**

さがけんきょういくちようがっこうきょういくせいとしえんしつ
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 なや ふあん おも
 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、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 かか みちか そうだん しんぱいごと なや
 そんな時は一人で抱え込まずに、まずは身近なひとに相談をしてみてください。心配事や悩
 み話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 しんぱい そうだん
 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。

そうだんまどぐち **【こころの相談窓口】**

こうしん
 (令和4年3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) (じかん)
いじめホットライン	0952-27-0051 (24時間)
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/GiZTk8vB26I
子どもの人権110番	0120-007-110 (平日8:30~17:15) (へいじつ)
さが 佐賀こころの電話	0952-73-5556 (平日9:00~16:00)
さがけん 佐賀県自殺予防夜間相談電話	0120-400-337 (毎日23:00~5:00) (まいにち)
さが 佐賀いのちの電話	0952-34-4343 (24時間) (じかん)
ヤングテレホン	0120-29-7867 (平日8:30~17:15) (さがけんけいさつしょうねん 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 児童相談所虐待対応ダイヤル	189
電 話 相 談 (でんわそうだん) ・ 来 所 相 談 (らいしょそうだん)	
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) (へいじつ)
さがけんきょういく 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) (でんわそうだんせんよう)
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) (へいじつ)
○佐賀中部(さがちゅうぶ) 保健福祉事務所	0952-30-1691
○鳥栖(とす) 保健福祉事務所	0942-83-3579
○唐津(からつ) 保健福祉事務所	0955-73-4187
○伊万里(いまり) 保健福祉事務所	0955-23-2101
○杵藤(きとう) 保健福祉事務所	0954-22-2105
SNS等による相談 (そうだん) ネット検索 厚生労働省 SNS相談	
いきづらびっと	LINE @yorisoi-chat 月・金 11:00~22:30 (22:00まで受付) 水・土 11:00~16:30 (16:00まで受付) 火・木・日 17:00~22:30 (22:00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 第1部 毎日12:00~(15:00まで受付) 第2部 毎日17:00~(20:00まで受付) 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/

誰
か
が
い
る

話
し
た
い

今
、

Nogizaka46



学校でのいじめに悩んだら、心配な友達がいたら、
いつでも話を聞きましょう

通話料無料になりました

24時間子供SOSダイヤル



なやみいおう
0120-0-78310

各教育委員会等によって運営されている、全国共通のダイヤルです。

以下の相談ダイヤルも開設しております。状況に応じて活用してください。

児童虐待かもと思ったら

いちはやく
☎189番

(児童相談所全国共通ダイヤル)

子どもの人権110番

☎0120-007-110

(通話料無料、法務局職員または
人権擁護委員による相談窓口)

各都道府県警察本部に
よる少年相談窓口

(右のQRコードから近くの
窓口を調べられます)

