



## 保護者や学校関係者等のみなさまへ

厚生労働省・警察庁の統計によると、令和4年における児童生徒の自殺者数は過去最多の512人となり、極めて憂慮すべき状況にあります。特に高校生の男子生徒の自殺者数は、前年に比べて大きく増加したことが分かっています。また、学生の自殺者数も増加傾向にあります。

新年度には児童生徒等の環境が大きく変化することもあり、この時期には、不安や悩みを抱える児童生徒等が増えることが考えられます。

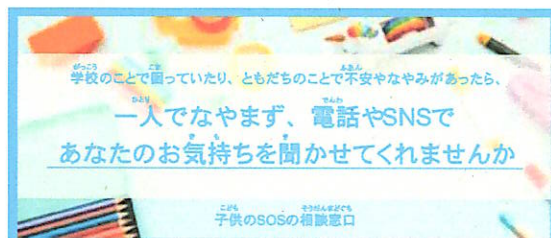
保護者や学校関係者、地域のみなさまにおかれましては、以下のような児童生徒等の態度に現れる微妙なサインに注意を払っていただき、不安や悩みの声に耳を傾けて適切に受け止めていただくとともに、学校、家庭、地域、警察や医療機関などの関係機関等で緊密に連携し、不安や悩みを抱える児童生徒等が孤立することのないよう、地域全体で支援していただきますようお願いいたします。

### (自殺直前のサインの例)

- ・ これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う
- ・ 成績が急に落ちる
- ・ 注意が集中できなくなる
- ・ 身だしなみを気にしなくなる
- ・ 健康管理や自己管理がおろそかになる
- ・ 不眠、食欲不振、体重減少などのさまざまな身体の不調を訴える

### 電話やメール、ネット等の相談窓口

(リンク先には学校や警察、児童相談所等の相談窓口一覧もあります。)



[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm)

# 児童生徒のみなさんへ 保護者のみなさんへ

佐賀県教育庁学校教育課生徒支援室









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。  
 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】

(令和5年3月更新)

電話相談 (でんわそうだん)	
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)
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」 <a href="https://youtu.be/CiZTk8vB26I">https://youtu.be/CiZTk8vB26I</a>
子どもの人権110番	0120-007-110 (平日8:30~17:15)
佐賀こころの電話	0952-73-5556 (平日9:00~16:00)
佐賀県自殺予防夜間相談電話	0120-400-337 (毎日23:00~5:00)
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
児童相談所虐待対応ダイヤル	189
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) <a href="https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html">https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html</a>
電話相談 (でんわそうだん) ・ 来所相談 (らいしよそうだん)	
佐賀県精神保健福祉センター	0952-73-5060 (平日8:30~17:15)
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)
保健福祉事務所 (いずれも、平日8:30~17:15)	
○佐賀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)		ネット検索 <small>けんさく</small>		厚生労働省 <small>こうせいろうどうしやう</small> SNS相談 <small>そうだん</small>		
い 生きづらびっと	LINE @yorisoi-chat	げつ きん 月・金 すい ど 水・土 か もく にち 火・木・日	11:00~22:30 (22:00まで <small>うけつけ</small> 受付)	11:00~16:30 (16:00まで <small>うけつけ</small> 受付)	17:00~22:30 (22:00まで <small>うけつけ</small> 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 だい ぶ まいにち 第1部 毎日 12:00~(15:00まで <small>うけつけ</small> 受付) だい ぶ まいにち 第2部 毎日 17:00~(20:00まで <small>うけつけ</small> 受付) だい ぶ まいにち 第3部 毎日 21:00~(23:00まで <small>うけつけ</small> 受付)	
あなたのいばしょ	オンラインのチャット <small>そうだん</small> 相談 (24時間) <small>じかん</small>					
<small>じんけんそうだん</small> SNS人権相談	アカウント名: SNS人権 <small>めい</small> 相談 <small>じんけんそうだん</small>					
	<small>けんさく</small> 検索ID: @snsjinkensoudan					