生徒及び保護者の皆様へ

掲示用

そっと悩みを相談してね

中高生「SNS相談@ちば」



チーバくん

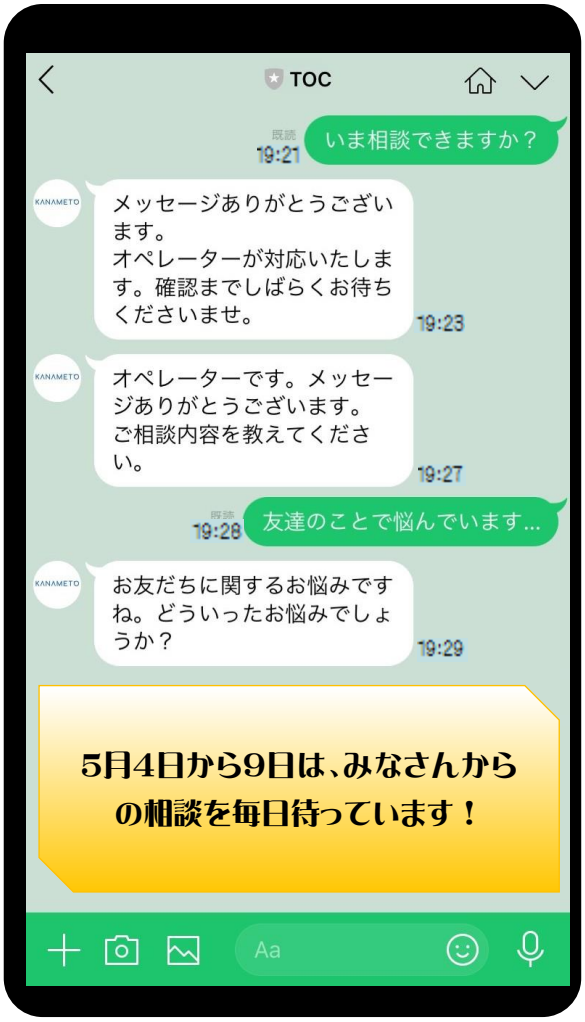
相談期間

令和３年４月１日(木)～令和４年３月３１日(木) の毎週 火曜日、木曜日、日曜日
相談時間は、17時~21時。ただし、次の期間については毎日相談を実施します。

5月　4日(火)　～　5月　9日(日)

・8月26日(木)～9月　2日(木)　・1月　4日(火)～1月　7日(金)

県内の中高生を対象に、ＬＩＮＥを使った相談窓口を開設しています。面と向かっては相談できないこと、思い悩んでいることがあれば、どのようなことでも気軽に相談してください。専門のカウンセラーが、みなさんの悩みに応えます。



SNSで悪口を書かれています

家族とうまくいかなくて孤立している

自分に性格や容姿のことで悩んでいて

成績や進路のことが心配で…

先生と考え方が合わなくて悩んでいます

友だちがいじめられているのだけど…

こんなこと言われたけど、これってセクハラですか？

クラスで冷たくされてつらい

今は悩みがなくても、いつでも相談できるように登録してね。

右のQRコードを読み取る ➡ 「ＳＮＳ相談@ちば」を「友だち追加」 ➡ 「トーク」でメッセージを送る

QR コード



千葉県教育委員会

悩んでいる、気持ちが落ち込む、落ち着かない、いらいらする、やる気がおこらない、眠れない、食欲が出ない…



こんなとき、誰かと話をすると気持ちがすっきりしたり、ほっとしたり、楽になることがあります。

自分の気持ちに違和感があったときはＳＮＳ相談をはじめ電話や対面などたくさんの相談方法がありますのでぜひ利用してください。

※中学校は全学校に、高等学校は各学校のまとまりごとに、ＳＣ（スクールカウンセラー）が配置されています。ＳＣとの面談方法は、直接学校の先生に聞いてください。

～　相談窓口　～

２４時間子供ＳＯＳダイヤル（全国共通）　０１２０－０－７８３１０
千葉県子どもと親のサポートセンター（２４時間）　０１２０－４１５－４４６
Ｅメール相談　**saposoudan@chiba-c.ed.jp**



子どもの人権１１０番（全国共通）（千葉法務局内　月～金 8:30～17:15）
０１２０－００７－１１０
ヤング・テレホン（千葉県警察少年センター　月～金 9:00～17:00）
０１２０－７８３－４９７
千葉いのちの電話（２４時間）　０４３－２２７－３９００
チャイルドライン千葉（月～土１６:00～２１:00）　０１２０－９９－７７７７
ライトハウスちば（千葉県子ども・若者総合相談センター　火～日 10:00～17:00）
０４３－４２０－８０６６
よりそいホットライン（２４時間）　０１２０－２７９－３３８
千葉県精神保健福祉センター
※ 新型コロナウイルス感染症に係る心のケア（平日 9:00～18:30）
０４３－２６３－３８９３

