

ひとりで考えないでください
 疲れ果ててしまうから
 ひとりで胸にしまわないでください
 張り裂けてしまうから

令和元年度版

いま、悩んでいる君へ

まずは、あなたの身近にいて、あなたを大切に思い、いつもあなたを見守っている家族や先生に相談してみましょう。

また、専門のスタッフがいる相談機関が多数あり、あなたからの相談を待っています。

こころの健康センター

(こころの病気などの相談)
TEL 027-263-1156

(ひきこもり支援センター
 専用ダイヤル)
TEL 027-287-1121

月～金曜日
 (祝日及び年末年始を除く)
 9:00～17:00

こころの健康相談 統一ダイヤル

生きているのが辛いと思っ
 ている人・友人から死にたいと相談さ
 れ悩んでいる人

TEL 0570-064-556

月～金曜日
 (祝日及び年末年始を除く)
 9:00～22:00

県総合教育センター 子ども教育相談室

子ども教育・子育て相談 24時間子供SOSダイヤル

TEL 0270-26-9200 フリーダイヤル **0120-0-78310**

月～金曜日 9:00～17:00
 第2・第4土曜日 9:00～15:00
 ・祝日、年末年始は除きます

24時間対応

群馬いのちの電話

TEL 027-221-0783

毎日 9:00～24:00
 第2、第4金曜日(24時間)
 9:00～翌日 9:00

こどもホットライン24

TEL 0120-783-884
 携帯から **027-263-1100**

(365日24時間対応)

県児童相談所

月～金曜日 8:30～17:15

中央 **TEL 027-261-1000** 西部 **TEL 027-322-2498**

FAX 027-261-7333 FAX 027-322-5602

(北部支所)

TEL 0279-20-1010 東部 **TEL**

FAX 0279-22-2277 FAX

児童相談所全国共通ダイヤル「189(いちはやく)」

自殺予防いのちの電話

TEL 0120-783-556

毎月10日
 8:00～翌日 8:00
 (24時間対応)

チャイルドライン

フリーダイヤル **0120-99-7777**

毎日 16:00～21:00

ぐんま高校生LINE相談

- ・8月中に相談を始める予定です。
- ・長期休業明け前後には、連続して相談日を設けます。
- ・詳細は、別途配布する周知カードを御覧ください。

少年育成センター

TEL 027-221-1616

月～金曜日
 (祝日を除く)
 8:30～17:15

群馬大学教育学部附属 学校教育臨床総合センター 教育臨床相談室

TEL 027-220-7300

※要予約

受付時間 月～金曜日
 9:00～12:00
 13:00～16:00