

## 「何かあったら相談してほしい。」

あなたの周りに、そう思っている人が必ずいます。  
家族でもいい、先生でもいい、スクールカウンセラーでもいい、LINEでもいい。  
一人で悩まないで、あなたの話を聴かせてください。

### 令和5年度ぐんま高校生オンライン相談

- 7/1(土)～3/24(日)の毎週日曜日(12/31(日)は除く)  
7/17(月)、9/18(月)、10/9(月)、2/12(月)の4日間  
【相談受付時間：18～21時】  
(7/1(土)～7/9(日)、8/24(木)～9/3(日)、  
1/5(金)～1/14(日)の期間は毎日相談可)

- 相談するためには、二次元コードをLINEアプリから読み込み、「友だち登録」を行ってください。詳細は、配布した周知カードを御覧ください。



「友だち登録」  
二次元コード



R5周知カード

### インターネット上の誹謗中傷相談窓口

- 対象：SNS等のインターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害等で悩んでいる人
  - メール相談、相談フォーム、電話相談のいずれかにより受付（相談無料）
    - ・メール相談 netsoudan@step-gunma.org (24時間受付)
    - ・相談フォーム 右の二次元コードをスマートフォン等で読み込む (24時間受付)
    - ・電話相談 027-212-0091 (受付 月～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:00)
- ※ 相談時間について、月～金曜日 9:00～17:00 (正午～13:00は除く)  
土日、祝日及び年末年始(12/29～1/3)は除く



相談フォーム  
(24時間受付)

### 群馬県警察本部 少年サポートセンター

非行問題・いじめ・不登校・  
交友関係・家庭問題・家出等

TEL 027-289-6610

月～金曜日 8:30～17:15  
(祝日を除く)

誰かに話すことで、  
悩みの解決につながり、  
気持ちが楽になる  
ことがあります。

### 群馬いのちの電話 (いじめ・悩み等)

TEL 027-221-0783

毎日 9:00～24:00  
※ 第2、第4金曜日は  
24時間受信

### 自殺予防いのちの電話 TEL 0120-783-556

- 毎日 16:00～21:00
- 毎月10日 8:00～翌日 8:00 (24時間対応)

### 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

TEL 0270-26-9200

月～金曜日 9:00～17:00  
第2・第4土曜日 9:00～15:00  
(祝日及び年末年始等を除く)

24時間子供SOSダイヤル

TEL 0120-0-78310

フリーダイヤル  
24時間対応、通話料無料

### こころの健康センター

(こころの健康に関する相談)

TEL 027-263-1156

(ひきこもりに関する相談)

TEL 027-287-1121

月～金曜日  
9:00～17:00

### 群馬県ヤングケアラー 支援ワンストップ 相談窓口

(ヤングケアラーに関するあらゆる相談)

TEL 090-1158-4140

月～金曜日 9:00～17:00  
(祝日及び年末年始を除く)

### 県児童相談所 月～金曜日 8:30～17:15

- 中央児相 (前橋市野中町360-1) TEL 027-261-1000 FAX 027-261-7333
- 西部児相 (高崎市高松町6) TEL 027-322-2498 FAX 027-322-5602
- 北部児相 (渋川市金井394) TEL 0279-20-1010 FAX 0279-22-2277
- 東部児相 (太田市新田木崎町369-5) TEL 0276-57-6111 FAX 0276-57-6175

児童相談所全国共通ダイヤル「189 (いちばやく)」

### 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・友人等から死にたいと  
相談され悩んでいる人

TEL 0570-064-556

月～金曜日 9:00～22:00  
(祝日及び年末年始を除く)

### こどもホットライン24 (18歳未満の子どもや保護者を対象)

OTEL 0120-783-884  
027-263-1100

(携帯電話からの場合)

### OLINE相談

(右の二次元  
コードより、  
友だち登録)

