

保護者のみなさまへ

夏休みが終わり、学校生活が始まりますが、お子様の様子はいかがでしょうか。勉強や進路の問題で悩んだり、人間関係などで不安や悩みを抱えたりしている様子はありませんか。

私たち大人にも不安や悩みはあるものです。それでも、大人が思う以上に、子どもは不安や悩みを持ち、抱え込んでしまうことが多くあります。特に多感な時期の子どもは、夏休み明けに心が乱れやすくなりがちです。お子様が不安や悩みを抱えていないか、普段と変わった様子はないか、今一度よく見ていただけないでしょうか。

もし、お子様の様子が普段と違っているなど、少しでも気になることがあれば、迷わずに相談してください。群馬県教育委員会では、学校に加えて、「子ども教育・子育て相談」や「24時間子供SOSダイヤル」など、電話相談窓口を設置しています。匿名でも構いません。

群馬県教育委員会は、学校の先生方とともに、児童生徒のみなさんを全力で応援します。保護者のみなさまとご一緒に、子どもたちが安心して、毎日充実した生活を送ることができるよう、ともに手をたずさえていければと思います。よろしく願いいたします。

令和5年8月 群馬県教育委員会
教育長 平田 郁美

中学生・高校生のみなさんへ

夏休みが終わり、学校生活が始まりますが、みなさんは今どんな気持ちでいますか。勉強や進路の問題で悩んだり、ご家族との関係、あるいは友人関係などで、不安や悩みを抱えていたりする人もいるのではないのでしょうか。

みなさんだけでなく、誰にでも悩みや不安はあるものです。みなさんには、ぜひ、一人で抱え込まないで、家族、先生、スクールカウンセラー、周りの友だちなどに悩みや不安を話してほしいと思います。誰かに話すことで気持ちが楽になることがあると言われていています。

どうしても身近な人に話しづらいときには、「子ども教育・子育て相談」や「24時間子供SOSダイヤル」などの電話相談や、「ぐんま高校生オンライン相談」などのLINEによる相談ができることもあります。必ずしも自分の名前や学校を言う必要はありません。大切なのは、あなたが一人で抱え込まず、誰かとつながることだと思っています。

また、「何かあったらお互いに相談しよう。」という雰囲気、みなさん同士でつくっていくことも大切です。あなたの周りで悩んでいる人がいたら、ぜひ、声をかけてみてください。

群馬県教育委員会は、学校の先生方とともに、みなさんを全力で応援します。みなさんは一人ではありません。みなさんが安心して、毎日充実した生活を送ることができるよう願っています。

令和5年8月 群馬県教育委員会
教育長 平田 郁美

「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。



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)

