

悩みを抱えていませんか？

臨時休校も2か月となり、学校生活が待ち遠しいのではないのでしょうか。
心配ごとや困りごとは、誰かと話をする事で気持ちか軽くなったりするものです。家にこもりっきりで誰かに相談したいという方のために、いくつかの相談先を紹介したいと思います。
生徒、保護者のみなさんのサポートになれば幸いです。

①睦合中学校

電話：046-241-1450

時間：平日9時～16時30分

担任や学年の先生が相談に応じます。

スクールカウンセラーや元気アップアシスタントへ相談したい場合、予約をとることも可能です。

②24時間 子どもSOSダイヤル

電話：0120-0-78310（なやみいおう）

時間：24時間 365日対応可能

内容：学校が休みの日や夜間など、学校に相談しにくいことなどいつでも相談できます。

対象：生徒

③ネットいじめ・子ども専用ダイヤル（厚木市青少年教育相談センター）

電話：046-223-6693

時間：平日9時～17時（火曜日は20時まで）

内容：学校のこと・家庭のこと・友人関係・いじめ・異性問題などの相談ができます。

対象：生徒

④厚木保健福祉事務所

電話：046-224-1111（代表）

内容：こころと体についての様々な悩みの相談ができます。

※②～④厚木市HP ホーム > くらし情報 > 子育て・教育・生涯学習 > 学校・教育 > 子どもの相談窓口
(<https://www.city.atsugikanagawa.jp/shiminbenri/kosodatekyoiku/education/soudan/index.html>)

⑤こころの電話相談

電話：0120-821-606

時間：月～金の9時～21時（受付～20時45分）（年末年始、祝日を除く）

内容：こころの健康について相談ができます。生活に関する悩み、対人関係の悩み、性に関する悩み（性的マイノリティ）など、また、どこへ相談すればよいかわからないといった相談もできます。

※⑤神奈川県HP ホーム > 健康・福祉・子育て > 福祉 > 障害福祉 > 電話相談・面接相談
(<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/nx3/cnt/f531127/#kokoro>)

⑥かながわ子ども家庭110番相談LINE

LINE「友だち追加」による相談

時間：月～土の9時～20時（年末年始を除く）

内容：子育ての不安、親子関係や家族の悩みなど、子どもにかかわる相談を無料でできます。

対象：保護者・生徒

※⑥神奈川県HP ホーム > 健康・福祉・子育て > 出産・子育て > 児童福祉 > 「かながわ子ども家庭110番相談LINE」～児童虐待防止のための相談LINEです～
(http://www.pref.kanagawa.jp/docs/he8/line/kana_kodomo110.html)