

## 「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。

### 心と学びのサポートセンター「つなぐん」 : 群馬県総合教育センター

#### ぐんま高校生オンライン相談

【相談受付時間】18:00~21:00  
毎週日曜日・祝日(元日を除く)  
<連続相談期間>  
R6 6/24~29、8/26~9/5、  
R7 1/6~1/16



#### 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  
(祝日及び年末年始を除く)  
※メール相談は右のQRコードから



#### 24時間子供SOSダイヤル

なやみいおう  
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  
(祝日及び年末年始を除く)

#### 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)

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)

LINE相談



#### Save ぐんま

(性的な被害にあった人)  
TEL 027-329-6125  
月~金曜日  
9:00~17:00  
(上記時間帯以外は  
全国一律のコールセ  
ンターへ繋がります)



#### 群馬いのちの電話

(いじめ・悩み等)  
TEL 027-212-0783  
毎日 9:00~24:00  
◆第2、第4金曜日は  
24時間受信

#### こころのオンライン相談@ぐんま

毎日 19:00~24:00  
(祝日及び年末年始含む)

友だち登録 ⇒  
様々な不安・悩み



#### 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)

#### 県児童相談所 月~金曜日 8:30~17:15

養護相談・障害相談・非行相談・育成相談

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

児童相談所全国共通ダイヤル「189(いちはやく)」

#### 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)

#### 子どもホットライン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

