



(小・中学校用)

## ～ 相談窓口等 ～

### ○ SNS相談

- ①「そっと悩みを相談してね ～SNS相談@ちば～」（小4～高校生対象）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/jisei/seitoshidou/sns/snssoudan.html>

令和7年4月1日（火）～令和8年3月31日（火）

毎週火・木・日曜日 午後6時～午後10時

※8月21日（木）～9月7日（日）、1月4日（日）～1月12日（月）の期間は毎日実施

- ②「いのち支えるSNS相談窓口（LINE相談）」（千葉県 HP）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kokoro/inotisns.html>

- ③「SNS相談窓口一覧」（厚生労働省 HP）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/soudan\\_sns.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/soudan_sns.html)

- ④「千葉市心のケアSNS相談」（千葉市 HP）

<https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/koreishogai/seishin/singatakoronakoronokeasoudan.html>

- ⑤「SNS相談@船橋」（船橋市 HP）（対象者：市内在住、在勤、在学の人）

<https://www.city.funabashi.lg.jp/kenkou/fukushi/007/p081920.html>

### ○ 電話相談

- ①24時間子供SOSダイヤル（全国共通）

0120-0-78310

- ②千葉県子どもと親のサポートセンター（24時間）

0120-415-446

- ③千葉いのちの電話（24時間）

043-227-3900

- ④よりそいホットライン（24時間）

0120-279-338

- ⑤子どもの人権110番（全国共通）（千葉法務局内 月～金8:30～17:15）

0120-007-110

- ⑥ワンストップ・オンライン相談（月～金9:00～17:00）

千葉県子どもと親のサポートセンターホームページで予約できます。

ZOOMを使って相談できます。会話でもチャットでもできます。

- ⑦Eメール相談 [saposoudan@chiba-c.ed.jp](mailto:saposoudan@chiba-c.ed.jp)

- ⑧ヤング・テレホン（千葉県警察少年センター 月～金9:00～17:00）

0120-783-497

- ⑨チャイルドライン千葉（16:00～21:00）

0120-99-7777

- ⑩ライトハウスちば（千葉県子ども・若者総合相談センター 火～日10:00～17:00）

043-420-8066

- ⑪千葉県精神保健福祉センター

こころの電話相談（平日9:00～18:30） 043-307-3360



### ○ SOS の出し方を学ぶ動画

- ①「しんどい時に心と体を守る方法」

監修：千葉県精神保健福祉センター 技監兼次長 石川 真紀 氏

協力：千葉県立検見川高等学校放送委員会

- ②「相談してみよう～大切なあなたに伝えたいこと 一人で悩んでいませんか～」



### ○ 児童生徒向けわいせつセクハラ相談（下記①～③のいずれかの方法から相談できます。）

- ① 県教育委員会ホームページ「教育委員会のセクハラ相談窓口」ページ内、

「児童生徒向けわいせつセクハラ相談窓口（ちば電子申請サービス）へ」をクリックする。

- ② 右二次元コードを読み取る。

- ③ 下記URLを入力する。

[https://s-kantan.io/pref-chiba-u/offer/offerList\\_detail.action?tempSeq=2303](https://s-kantan.io/pref-chiba-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=2303)

