

茨城県内の中高生の皆さんへ

「いばらき子どもSNS相談」 毎日開設しています！

令和4年度も、毎日 18:00~22:00 まで開設 ♪(\*´▽`\*)♪



LINEで「友だち登録」すれば、すぐにカウンセラーさんに相談できますよ。  
どんな小さな悩みでも、一人で抱え込まず、気軽に相談してくださいね。

Q いつ相談できるの？

毎日18時から22時まで、相談を受け付けています。

Q だれが答えてくれるの？

専門のカウンセラーが、あなたの話をていねいに聴いてくれますよ。  
相談したことやあなたの秘密は守られますから、安心してお話ししてね。

Q どんなことを相談できる

学校のこと、進学のこと、友達関係のこと、自分のこと、家族（ヤングケアラー）のこと、なんでもOK。  
新型コロナウイルスのためにストレスがたまっている人も、ぜひ、お話を聞かせてくださいね。

Q どうすれば相談できるの？

右上のQRコードを読み込んで、「友だち追加」をしてくださいね。その後、自分の情報を設定しますが、「ヒミツ」と設定してもOK。今、相談したいことがない人も、相談したいときがくるかもしれません。「とりあえず登録しておこう」という人も大歓迎です。ぜひ、登録しておいてね。

Q すぐに相談できるの？

友だち登録しておけば、毎日18時に、相談開始のお知らせ通知が届きます。  
開設時間以外は相談することができません。その場合、子どもホットライン（毎日24時間対応）をすすめるメッセージが届きます。すぐに相談したい人は、電話してみてくださいね。

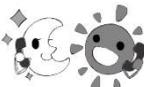
Q SNSは苦手なんです・・・

そんなあなたにぴったりな、茨城県教育委員会で開設している相談窓口を紹介します。



「相談員さんと電話で直接お話ししたいな」	「深夜に急に不安なことができちゃった」	「直接会って、お話ししたいな」「親と一緒にいいな」	「メールなど長文で相談したいな」
「子どもホットライン」がおすすめてです。毎日24時間、相談員が電話を待ってるよ。メール・FAXでもOK！		「いじめ・体罰解消サポートセンター」がおすすめてです。どんな悩みでも聞いてくれるよ。	
		<p>【相談方法】電話・面談・メール・書き込み 【相談時間】月～金 9:00～17:00 【連絡先】県央 029-221-5550 県北 0294-34-4652 鹿行 0291-33-6317 県南 029-823-6770 県西 0296-22-7830</p>  <p>※ 詳しくは茨城県のHPを見てね ↑</p>	

# 子どもホットライン

24時間  お話できます。



はいはい  
☎ 029-221-8181

子どもホットライン 茨城  検索

## ○ 友達のこと

- 仲の良かった友達と、最近ぎくしゃくしちゃって…。
- 部活の人間関係で悩んでいる。

## ○ 自分のこと

- なんだかわからないけれど、イライラする。モヤモヤする。
- 将来、やりたいことが分からない。

## ○ 学校のこと

- 勉強をやらなくちゃ、と思っているけど、集中できない。
- 自分でもどうしてか分からないけど学校へ行けない。

## ○ 家庭のこと

- 親に自分の気持ちをわかってもらえない。
- なんとなく家にいたくない。
- 家族のケアで自分の時間がつれない。

## ○ いじめのこと

- みんなから無視されるようになってつらい。
- 本当は、いじめなんてしたくないのに…。



**どんなことでも、まずは  
気軽にかけてください。  
秘密は絶対に守ります。**



「子どもホットライン」  
ホームページ

「電話はちょっとかけにくい…」というときは、メールから始めてみませんか？ (\*^v^\*)

F A X 029-302-2166 (お返事が届くように、あなたのFAX番号も書いてくださいね)

メール <http://www.edu.pref.ibaraki.jp/board/kodomo/index.html>

※メールとFAXのお返事には、2、3日かかります。

[kodomo@edu.pref.ibaraki.jp](mailto:kodomo@edu.pref.ibaraki.jp)からのメールを受け取れるように設定してね。