

豊中生の皆さんへ

通常の生活ができない状況の中で**ストレス**を感じている人もいるのではないのでしょうか？
下記のサイトでも相談を受け付けています。参考にしてください。

【SNS相談】

●チャイルドライン



QRコードから、チャイルドラインのサイトに繋がります。電話での相談（0120-99-7777）か、チャットでの相談を選んで、クリックしてください。

電話通話料はかかりません。相談時間は午後4時～午後9時。電話は毎日受付けていますが、チャット相談の場合は、サイト内に書かれてある「チャットをしている日」を確認してください。

URLは、<https://childline.or.jp/index.html>

●こころのほっとチャット



QRコードからLINEの友達追加ができます。ID検索の場合は、「@kokorohotchat」を入力してください。

相談時間は、毎日 第1部 12時から16時（15時まで受付）。第2部 17時から21時（20時まで受付）。毎月1回 最終土曜日から日曜日 21時から6時（5時まで受付）。7時から12時（11時まで受付）

ツイッターもやっています。「こころのほっとチャット（@kokorohotchat）」で検索してください。ツイッターのダイレクトメッセージを利用したチャットカウンセリングも行っています。

●生きづらびっと



QRコードからLINEの友達追加ができます。ID検索の場合は「@yorisoi-chat」を入力してください。

相談時間は、（月）（火）（木）（金）（日） 17時から22時30分（22時まで受付）。（水） 11時から16時30分（16時まで受付）

ツイッターもやっています。「よりそいチャット（@yorisoichat）」で検索してください。

●ネットいじめ・ネットトラブルなどの通報窓口

埼玉県内公立学校（さいたま市立を除く）に通っている生徒について、個人が特定され、誹謗中傷の書き込みについての相談に乗っています。

netpat-saitama@true.ocn.ne.jp に、該当の学校名、該当のサイト名またはURL、問題のある書き込み内容などを書いて送信します。詳しくは、埼玉県教育委員会のHPをご確認ください。URLは、<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2209/ijime/netpat.html>

※上記のほか、厚生労働省HPから「SNS相談」、埼玉県教育委員会HPから「困ったときの相談窓口」を、サイトマップから検索されると一覧をご覧いただけます。