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　ヾ(*´∀｀*)ノ

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。

この QR コードから
登録してね！

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」「親と一緒がいいな」	「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」がおすすめです。どんな悩みでも聞いてくれるよ。**	
		【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 ※　詳しくは茨城県のＨＰを見てね　↑	

茨城県教育委員会