



TEAM UP 六中



令和7年度
市川市立第六中学校
生徒指導部
No.5 R7/5/29

一人ひとりが輝く六中にしていこう!

先日は体育祭が行われ、体育委員を中心に一生懸命頑張る姿が見られ、『一人ひとりが輝く』場面が多かったです。特に3年生の姿は大変立派で、最高学年として後輩のお手本となる姿でした。1・2年生は先輩の姿を目に焼き付け、忘れないようにしましょう。また、体育祭で培った絆や協調性を今後の学校生活につなげていきましょう!



～悩みを抱えていませんか?～

新年度が始まり、2か月が経とうとしています。新たな環境にも慣れてきた人がいる一方、疲れがたまったり、悩みを抱えている人もいます。

悩みがあることは、悪いことではありません。「勉強についていけない…」「部活動がうまくいかない…」「人間関係が…」「体の悩みがあって…」人は様々な悩みを抱えながら、生きていくものです。悩みはうまく解決できることもあれば、そうはいかないこともあります。そのような時は、一人で抱え込まず、家族や先生、カウンセラー、友達など、信頼できる人に相談しましょう。すぐに解決はしないかもしれませんが、人に相談することで、心がスーッと楽になるものです。また、『相談窓口』を活用することも有効です。

～ 相談窓口 ～

24時間子供SOSダイヤル(全国共通) 0120-0-78310
千葉県子どもと親のサポートセンター(24時間) 0120-415-446
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。

Eメール相談 saposoudan@chiba-c.ed.jp

子どもの人権110番(全国共通)(千葉県法務局内 月～金8:30～17:15)
0120-007-110
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
千葉いのちの電話(24時間) 043-227-3900
チャイルドライン千葉(月～土16:00～21:00) 0120-99-7777
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
よりそいホットライン(24時間) 0120-279-338
千葉県精神保健福祉センター(平日9:00～18:30)
こころの電話相談 月～金9:00～18:30
043-307-3360



裏面には『千葉県 子供と親のサポートセンター』が行っている『SNS相談@ちば』の資料があります。必要に応じて、活用してください。

児童（小学4年～6年）生徒及び保護者の皆様

そっと悩みを相談してね



チーバくん

小中高生「SNS相談@ちば」

相談期間

令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)の毎週 火曜日、木曜日、日曜日

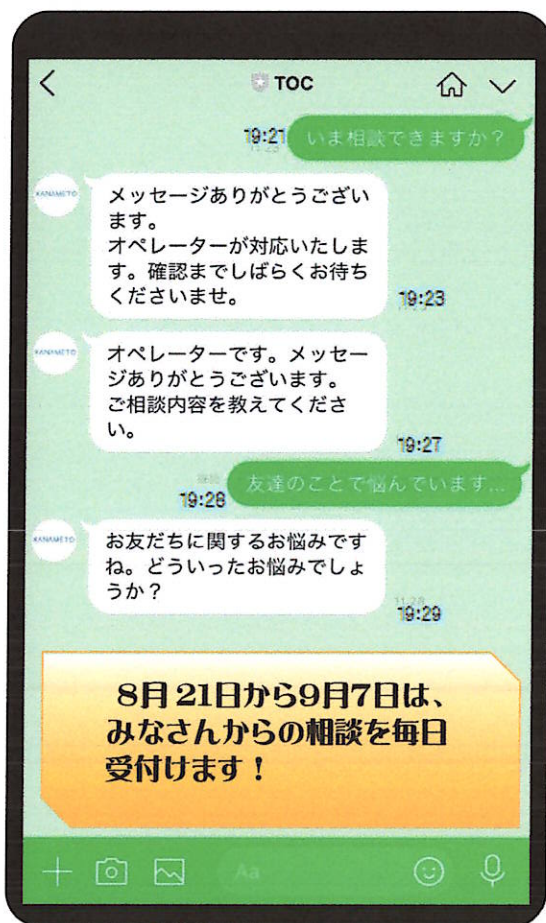
相談時間は、18時～22時です。

以下の期間は、相談体制を強化し、毎日相談を受け付けます。

8月21日(木) ～ 9月7日(日)

・1月 4日(日)～1月12日(月)

県内の小学4年生から高校生まで（18歳以下）を対象に、LINEを使った相談窓口を開設しています。面と向かっては相談できないこと、思い悩んでいることがあれば、どのようなことでも気軽に相談してください。専門のカウンセラーが、みなさんの悩みに応えます。



SNSで悪口を
書かれています

家族とうまくいかな
くて孤立している

自分の性格や容姿
のことで悩んでいます

成績や進路のこと
が心配で...

先生と考え方が
合わなくて
悩んでいます

友だちがいじめ
られているの
だけ...

こんなこといわれ
たけど、これって
セクハラですか？

クラスで冷たく
されてつらい

ひだり 左に書いてある手順で登録できるよ。
いま 今は悩みがなくても、困った時にすぐ相談できる
ように登録しておいてね。



二次元コード



子どもと親のサポートセンター
キャラクター

右の二次元
コードを読
み取る

「SNS相談
@ちば」を
「友だち追加」

「トーク」で
メッセージ
を送る

千葉県教育委員会