

～ 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～」 (中・高校生対象)  
<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/jisei/seitoshidou/sns/index.html>  
令和5年4月1日(土)～令和6年3月31日(日)  
毎週火・木・日曜日 午後6時～午後10時
- 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

- ① 24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 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
- ⑦ チャイルドライン千葉(16:00～21:00) 0120-99-7777
- ⑧ 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
- ⑨ 千葉県精神保健福祉センター(平日9:00～18:30) 043-263-3893

○ SOSの出し方を学ぶ動画

「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 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



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

