

「何かあったら相談してほしい。」

あなたの周りに、そう思っている人が必ずいます。
家族でもいい、先生でもいい、スクールカウンセラーでもいい、LINEでもいい。
一人で悩まないで、あなたの話を聴かせてください。

心と学びのサポートセンター「つなぐん」：群馬県総合教育センター

ぐんま高校生オンライン相談

【相談受付時間】18:00~21:00
毎週日曜日・祝日(元日を除く)
<連続相談期間>
R6 6/24~29、8/26~9/5、
R7 1/6~1/16

子ども教育・子育て相談

TEL 0270-26-9200
月~金曜日 9:00~17:00
第2・第4土曜日 9:00~15:00
(祝日及び年末年始を除く)
※メール相談は右のQRコードから



24時間子供SOSダイヤル

なやみいおう
TEL 0120-0-78310
フリーダイヤル
24時間対応、通話料無料

こころの健康センター

(こころの健康に関する相談)
TEL 027-263-1156
(ひきこもりに関する相談)
TEL 027-287-1121
月~金曜日
9:00~17:00
(祝日及び年末年始を除く)

こころの健康相談 統一ダイヤル

生きているのが辛いと思っ
ている人・友人等から死にたい
と相談され悩んでいる人
TEL 0570-064-556
月~金曜日 9:00~22:00
(祝日及び年末年始を除く)

誰かに話すこと
で、悩みの解決に
つながり、気持ちが
楽になることが
あります。

群馬県ヤングケアラー 支援ワンストップ 相談窓口

(ヤングケアラーに関するあらゆる
相談)
TEL 090-1158-4140
月~金曜日 9:00~17:00
(祝日及び年末年始を除く)

LINE相談



Save ぐんま

(性的な被害にあった人)
TEL 027-329-6125
月~金曜日
9:00~17:00
(上記時間帯以外は
全国一律のコールセ
ンターへ繋がります)



群馬いのちの電話

(いじめ・悩み等)
TEL 027-212-0783
毎日 9:00~24:00
◆第2、第4金曜日は
24時間受信

こころのオンライン相談@ぐんま

毎日 19:00~24:00
(祝日及び年末年始含む)
友だち登録 ⇒
様々な不安・悩み



インターネット上の誹謗中傷相談窓口

- 対象：SNS等のインターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害等で悩んでいる人
- メール相談、相談フォーム、電話相談のいずれかにより受付(相談無料)
 - ・メール相談 netsoudan@step-gunma.org (24時間受付)
 - ・相談フォーム 右の二次元コードをスマートフォン等で読み込む(24時間受付)
 - ・電話相談 027-212-0091 (受付 月~金曜日 9:00~12:00、13:00~16:00)

※ 相談時間について、月~金曜日 9:00~17:00(正午~13:00は除く)
土日、祝日及び年末年始(12/29~1/3)は除く



相談フォーム
(24時間受付)

県児童相談所 月~金曜日 8:30~17:15

養護相談・障害相談・非行相談・育成相談

- 中央児相(前橋市野中町360-1) TEL 027-261-1000
- 西部児相(高崎市高松町6) TEL 027-322-2498
- 北部児相(渋川市金井394) TEL 0279-20-1010
- 東部児相(太田市新田木崎町369-5) TEL 0276-57-6111

児童相談所全国共通ダイヤル「189(いちはやく)」

群馬県警察本部 少年サポートセンター

非行問題・いじめ・不登校・
交友関係・家庭問題・家出等

TEL 027-289-6610

月~金曜日 8:30~17:15
(祝日を除く)

子どもホットライン24

(18歳未満の子どもや保護者を対象)

OTEL 0120-783-884
027-263-1100
(携帯電話からの場合)

○LINE相談

