

# 【ひとりで悩まないで】

【中学・高校生用】

～あなたにとって一番よい方法を一緒に考えましょう～

不安や悩みがあるときは、「困ったときの相談窓口」や「心のケア」や「新型コロナウイルス」に関するホームページなども活用してください。



## 困ったときの相談窓口

- |   |    |                          |
|---|----|--------------------------|
| ○24時間子供SOSダイヤル                          | 電話 | 0120-0-78310 (無料)        |
| ○ところとからだのサポートセンター<br>(総合教育センター特別支援・相談課) | 電話 | 088-672-5200 (平日 9時～17時) |
| ○徳島地方法務局                                | 電話 | 088-622-4171             |
| ○みんなの人権110番(法務局)                        | 電話 | 0570-003-110             |
| ○子どもの人権110番(法務局)                        | 電話 | 0120-007-110 (無料)        |
| ○児童虐待に関する相談窓口<br>児童相談所全国共通ダイヤル          | 電話 | 189(無料)                  |

## ○SNS活用「とくしま『生徒の心の相談』2021」

- 開設期間 令和3年5月21日(金)から令和4年3月31日(木)
- 受付時間 午後6時から午後9時まで
- 対象者 徳島県内の公立中学校・高等学校・中等教育学校  
特別支援学校の中学部・高等部の生徒



※左記の[二次元バーコード]で友だち登録すると、LINE上で相談できます。

## 心のケアや新型コロナウイルスに関すること

- 相談窓口PR動画「君は君のままでいい」(YouTube 文部科学省公式チャンネル)  
<https://youtu.be/CiZTk8vB26I>
- 「とくしま ところのサポート」動画 (徳島県教育委員会 YouTube徳島県公式チャンネル)  
<https://www.tokushima-ec.ed.jp/>
- 新型コロナウイルス“差別・偏見をなくそうプロジェクト”教材等の利用について  
<http://www.hokenkai.or.jp/> (日本学校保健会Webサイト)
- 新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう! (日本赤十字社)  
[http://www.jrc.or.jp/activity/youth/news/200416\\_006157.html](http://www.jrc.or.jp/activity/youth/news/200416_006157.html)



徳島県教育委員会人権教育課・総合教育センター特別支援・相談課