相談するとどうなるの？？

悩みがあるとき



登校しようとするとお腹が痛くなる。身近な大人には相談できないよ。

無視されている気がする。大人に言って人間関係がより悪くなったらどうしよう。



電　話

メール

ＳＮＳ

手　紙

各相談窓口で、親身になって話を聴いたり、相談に乗ったりします。

心　理　職　・　相　談　員　・　警　察　官　・　弁　護　士　等



・匿名で相談することができます。
・各機関の相談員があなたのつらさや苦しさを受け止めます。
・あなたと一緒に、どうしたら良いか考えます。
・必要に応じて、関係機関を紹介することもあります。

相談内容に応じた関係機関を紹介

解決に向けて相談を聴きます。



悩みが解消

悩みが解消



不安や悩みは誰にでもあります。相談機関に相談してみましょう。



様々な相談を受けています。

将来の夢・進路・目標・就職・仕事（アルバイト）
性・いじめ・不登校・生活習慣・容姿・食事・運動
家族（親、兄弟等）・学校・クラス・部活・先生
友達・先輩（後輩）恋人・勉強・苦手なこと
体調管理・メンタルコントロール・周囲の目
ネット（ＳＮＳ等）・お金・習い事・秘密　など

相談内容については、外部へは話しません。

（ただし、解決を図るために、警察官やスクールカウンセラー等に情報共有をすることがあります。）

不安や悩みは誰にでもあります。あなたを支える人がいます。一緒に考えていきましょう。