

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。



でん 話
電 話

メール

えすえぬえす
SNS

て がみ
手 紙

かくそうたんまどぐち しんみ はなし き
各相談窓口で、親身になって話を聴いたり、

そうだんの
相談に乗ったりします。

しん り しよく そろ だん いん けい さつ かん べん ご し どう
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。

そうだんないよう おう
相談内容に応じた
関係機関を紹介

なや かいしょう
悩みが解消

様々な相談を受けています。

しょうらい ゆめ しんろう もくひょう しめうしよく しごと
将来の夢・進路・目標・就職・仕事（アルバイト）
せい いじめ ふとうこう せいかくしゅうかん ようし しょくじ うんどう
性・いじめ・不登校・生活習慣・容姿・食事・運動
かぞく おや きょうだいしまいとう がっこう クラス ぶかつ せんせい
家族（親、兄弟姉妹等）・学校・クラス・部活・先生
ともだち せんぱい ことばい こいびと べんきよう にがて
友達・先輩（後輩）・恋人・勉強・苦手なこと
たいちようかんり メンタルコントロール しゅうめい
体調管理・メンタルコントロール・周囲の目
えすえぬえすとう かね なら ごと ひみつ など
ネット（SNS等）・お金・習い事・秘密 など

そうだんないよう が いぶ はな
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
じょうほうきょうゆう
情報共有をすることがあります。）

かいけつ む そろ だん き
解決に向けて相談を聴きます。



なや かいしょう
悩みが解消



ふあん なや たれ
不安や悩みは誰にでもあります。
そうだんき かん そろ だん
相談機関に相談してみましよう。



ふあん なや たれ
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。