悩みは絶対に一人で抱え込まないで！
一緒に考えましょう。

悩みごと相談先リスト（中学生・高校生用）

【校内の相談体制】

【スクールカウンセラー】　**笹山瑞子先生毎週木曜日来校**
相談したい人は、**相談希望を眞木先生（養護教諭）か教頭**、その他相談しやすい先生に連絡して下さい。日程を調整して時間を決定します。

【セクハラ相談員】１学年 黒川夕先生、２学年 髙橋先生、３学年 飯田先生、
養護教諭 眞木先生、寺島教頭先生
性的な相談など、他の人には相談しにくいことでも、遠慮なく相談してください。

※内容によっては、担任の先生以外（校長、教頭、学年主任、部活動顧問など）にも相談することができます。
※第三中学校では、年に４回（５月・９月・11 月・１月）に教育相談週間があります。希望すれば担任以外と面談することも可能です。

【校外の相談窓口】

＜千葉県の相談窓口＞

【千葉県子どもと親のサポートセンター】
①電話相談　0120-415-446（２４時間）
②来所相談　月～金　9:00～17:00（予約制）
③メール相談　saposoudan@chiba-c.ed.jp

【ＳＮＳ相談@ちば】（※令和４年度）≪中高生対象≫
毎週火曜日・木曜日・日曜日　１８:00～２２:00
右のＱＲコードをＬＩＮＥアプリで読み取り、友だち追加します。

【ヤング・テレホン（千葉県警察少年センター）】
0120-783-497（月～金　9:00～17:00）

【チャイルドライン千葉】0120-99-7777（月～土 16:00～21:00）

【千葉いのちの電話】043-227-3900（２４時間３６５日）

【ライトハウスちば】043-420-8066（火～日 10:00～17:00）

＜全国共通の相談窓口＞

【２４時間子供ＳＯＳダイヤル（文部科学省）】0120-0-78310

【子どもの人権１１０番（法務省）】
0120-007-110（平日　8:30～17:15）

どの相談窓口も様々な悩みを幅広く扱っています。