

あなたのその悩み、 聞かせてください

悩みごとやつらい気持ちは一人で抱え込まず、相談してみませんか？

自分のことはもちろん、周りの人のことも相談できます。

学校に行きたくない
気持ちがある

進路について
不安がある

クラスでいじめに
あっている

勉強がわからなくて
焦っている

ネットで悪口を
書かれていた



こんな気持ちありませんか？

まわりにいじめられ
ている友達がいる

人間関係の
ストレスで疲れる

眠れない
体調がわるい

家族のことで
悩んでいる

新潟県SNS相談

平日 午後5時 ～ 午後10時（午後9時30分まで受付）

休日 午後3時 ～ 午後8時（午後7時30分まで受付）

まだ登録していない人は、いつでも相談できるように登録をお願いします。
秘密は必ず守ります。学校に伝えて欲しいことは必ず伝えます。



QRコードはこちら

以下の窓口でも同じように相談ができます

- ◆新潟県いじめ相談メール
- ◆24時間子供SOSダイヤル
（新潟県いじめ相談電話

ijime@mailsoudan.org
0120-0-78310
025-285-1212)