

ひとりじゃないよ つながってるよ

「学校の先生にはちょっと話しにくい」、「誰に相談していいかわからない」
そんな時は、誰かの力を借りることで、気持ちが楽になることもあります

学習について
いけない

このままの
自分でいいのか

学校に行きたくない
気持ちがある

落ち込んでいる
よく眠れない

誰かと
話したい

話してほしい いつでも どんなことでも

友だちとの関係で
悩んでいる

やる気が
出ない

進路や将来が不安

どうしたらいいんだろう

家族のことで悩みが
あるけど誰にも言えない



新潟県SNS相談

対応時間 平日 16:00~22:00

対応時間 休日 15:00~20:00



①二次元バーコードを
読み取って友だち登
録をしてください。

令和6年度用二次元バーコード

新潟県いじめ・ふとう こう等相談メール

対応時間 平日 8:30~17:15

二次元バーコードを読み取
ってメールを送信してくだ
さい。



*夜間及び休日は
自動返信メール
にて返信後、翌
開設日に相談員
から改めて返信
します。

24時間子供SOSダイヤル

なやみ言おう

☎ 0120-0-78310

※フリーダイヤル

新潟県いじめ・ふとう こう等相談電話

☎ 025-285-1212 (24時間受付)

※通話料がかかります

いじめ・不登校等 悩みごと相談テレフォン

対応時間 平日 9:10~16:00

☎ 025-263-4737

※通話料がかかります



新潟県いじめ対策ポータル

<https://www.ijimetaisaku.pref.niigata.lg.jp/>



ひとりで 悩まないで 相談してね



あなたの気持ち
LINEで
聴かせてください

こんな気持ちありませんか？

先生には言いにくい
相談しづらい…

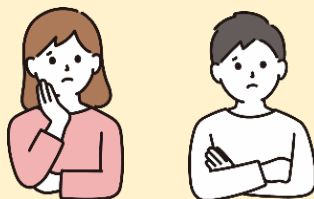
最近眠れない…
体調が悪い…
つかれている…

友だちが
いじめられてるかも…
心配だ…

人との付き合いかたに
困っている…

夏休み中、だれかと
少し話をしたい…

家族のことで
悩んでいて…
つらいなあ…



進路や勉強のことで
不安がある…

この気持ちは
だれにもわかって
もらえない…

周りとうまくいかない
学校に
行きたくない…

周りの人には
知られたくないよ…

新潟県SNS相談（LINEによる相談）

平日 16時00分～22時00分（受付は21時30分まで）
休日 15時00分～20時00分（受付は19時30分まで）

※7月29日（月）～8月16日（金）の期間は
相談時間が以下ようになります

15時00分～20時00分（受付は19時30分まで）



2次元コードはこちら
（令和6年度用）

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・不登校等相談メール ijime@mailsoudan.org
- ・24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310（フリーダイヤル）
- ・新潟県いじめ・不登校等相談電話 025-285-1212（通話料がかかります）