

あなたへ

たからづかしきょういくいいんかい
宝塚市教育委員会



「ひとりでかかえこまないで」

あら とし わか ふうやす す ことし
 新たな年を迎えましたが、冬休みはどのように過ごしましたか。今年はいつもと
 とは少しちがう、冬休みの過ごしかたになったかもしれません。

きょう がつき はじ ひと
 今日から3学期が始まりますが、しんどくなっている人はいませんか。あなた
 の周りには、あなたを大切に思う人がたくさんいます。困ったり悩んだりし
 たときは、ひとりでかかこ まわ ひと そうだん くだ きも
 ときは、ひとりで抱え込まずに、周りの人に相談して下さい。つらい気持ち
 を話すことで気持ちが軽くなったり、新しい解決の方法が見つかったりする
 こともあります。

それでも、自分の気持ちを誰にも言えないとき、みなさんの不安や悩みを
 そうだん まどぐち せかい
 相談できる窓口があります。あなたの「いのち」は世界にひとつしかないかけ
 がえのないものです。あなたの家族にとっても大切なものです。ひとりで
 なや そうだん くだ
 悩まず、ぜひ相談して下さい。 * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ *

たからづかしせいしょうねんなん
宝塚市青少年何でも
 そうだん
相談ダイヤル
 てんわそうだん
<電話相談>
 げつ きんようび じ じ
 月～金曜日 9時～19時
 0797-84-0937

たからづかしこ けんり
宝塚市子どもの権利サポート
 いいんかい
委員会
 てんわそうだん
<電話相談>
 げつ きんようび じ じ
 月～金曜日 13時～19時
 とうりつび だい 3 かつようび じ じ
 土曜日/第1・3火曜日 10時～17時
 0120-931-170

たからづかしこ かにい
宝塚市子ども家庭
 そうだん
なんでも相談
 てんわそうだん
<電話相談>
 げつ きんようび じ じ じはん
 月～金曜日 9時～17時半
 0797-77-9111

ひょうごっ子なや そうだん
ひょうごっ子悩み相談センター
 てんわそうだん
<電話相談>
 24じかん
 0120-0-78310

ひょうごっ子こえすえめすなや そうだん
ひょうごっ子SNS悩み相談
 らいん かつよう そうだん
<LINEを活用した相談>
 *1
 【双方向相談】 17時～21時 (受付20時30分まで)
 【一方相相談 (通報のみ)】 24時間受付
 *2

*1 LINE *2 インターネットにそれぞれつながります。