

R7 主な相談窓口一覧



帯広市立翔陽中学校

もし、あなたが心の悩みや身体の悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。相談の手段はたくさんあります。先生方に直接相談しにくい人には、信頼できる機関の LINE や電話でも相談できます。



翔陽中の先生方に相談

年2回の教育相談

年2回、全ての生徒が担任の先生と、普段の学校生活の様子や学習の様子などを話し合います。その他、どんな相談にも、一緒に解決できる方法を探します。

いつでも教育相談

先生方は、いつでも誰でも相談にのります。担任や副担任の先生だけではなく、校長先生、教頭先生、養護教諭の酒井先生、教育相談コーディネーターの齊藤先生、相談室の板垣先生、小川さん、スクールカウンセラーの板澤さんにも相談することができます。休み時間や放課後などに、相談したい先生の所を訪ねてください。(板澤さんに相談したい場合は、まずは教頭先生に申し出てください)。

直接、先生に話しかけにくい人は、右の QR コードから相談を申し込んで下さい。あなたの Chromebook に返信し、相談の日にと時間、場所を調整します。



信頼できる機関に SNS 等で相談

ほっかいどうこどもライン相談 (北海道教育委員会)

専門の相談員が LINE で対応します。名前や学校名の登録は必要ありません。

毎週月曜日の 17:00~22:00

5月19日(月)~3月23日(月)

※5月1日~12日、8月6日~9月17日、1月7日~1月30日の期間は毎日



北海道こころの健康 SNS 相談 (北海道保健福祉部)

日常生活や学校生活の相談が LINE でできます。

平日、土曜日、祝日の 18:00~22:00

日曜日 18:00~翌朝 6:00



信頼できる機関に電話で相談

子ども相談支援センター（北海道教育委員会、文部科学省）

いじめ、不登校、友人関係、親子関係、性的マイノリティー、ヤングケアラーなど様々な悩みを相談することができます。毎日24時間対応しています。

 0120-3882-56、0120-0-78310



<https://www.dokyoj.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ssa/ijimedenwasoudan.html>

チャイルドライン（NPO 法人チャイルドライン支援センター）

チャイルドラインは18歳までの子どものための無料相談窓口です。
毎日16:00～21:00（12月29日～1月3日は除く）対応しています。

 0120-99-7777



<https://childline.or.jp/>

少年サポートセンター「少年相談110番」（北海道警察）

いじめ・犯罪等の被害者やその家族が警察に相談できます。平日8:45～17:30

 0120-677-110



https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/info/seian/syounen/s_center/syounen_sodan.html

北海道ヤングケアラー相談サポートセンター（北海道保健福祉部）

ヤングケアラーに関することを相談できます。平日8:45～17:30

 0120-516-086



メール（hokkaido.young.carer2022@gmail.com）、X（[@youngcare2022](https://twitter.com/youngcare2022)）、
フェイスブック（facebook.com/hokkaido.young.support）、（SMS専用）080-9612-1247
で相談することもできます。

<https://ebetsu-carers.com/>