

こころの健康センター
(こころの健康に関する相談)
☎ **027-263-1156**
(ひきこもりに関する相談)
☎ **027-287-1121**
平日9:00～17:00

こころの健康相談
統一ダイヤル
☎ **0570-064-556**
毎日9:00～22:00

Save ぐんま
(性的な被害にあった人)
☎ **027-329-6125** フォーム相談
平日9:00～17:00
(上記時間帯以外は全国一律の
コールセンターへ繋がります)

インターネット上の
誹謗中傷相談窓口
☎ **027-212-0091** フォーム相談
netsoudan@step-gunma.org
平日9:00～16:00
(メール・相談フォームによる相談は、
24時間受け付けています)

群馬県警察本部
少年サポートセンター
☎ **027-289-6610**
平日8:30～17:15

こころのオンライン相談

@ぐんま

毎日19:00～24:00



LINE相談

群馬県ヤングケアラー支援

ワンストップ相談窓口

☎ **090-1158-4140**

平日9:00～17:00



LINE相談

子どもホットライン24

(18歳未満の子ども・保護者が対象)

☎ **0120-783-884**

027-263-1100

(携帯電話からの場合)



LINE相談

群馬いのちの電話

☎ **027-212-0783**

毎日9:00～24:00

(第2・第4金曜日は24時間対応)

中央児相 ☎ **027-261-1000**

北部児相 ☎ **0279-20-1010**

西部児相 ☎ **0274-67-5575**

東部児相 ☎ **0276-57-6111**

平日8:30～17:15

高崎市児相 ☎ **027-345-5189**

(児童虐待に関することは、24時間受け付けています)

児童相談所虐待対応ダイヤル ☎ **189**

(お近くの児童相談所につながります)

いま、
悩んでいる君へ



令和8年度版

群馬県教育委員会

お悩みをお聞かせください!

心と学びのサポートセンター「つなぐん」：群馬県総合教育センター

中高生オンライン相談

毎週日曜日と祝日(元日を除く) 18:30～21:30

<連続相談期間>

R8:8/26～9/5・R9:1/6～1/9,3/29～3/31

※中高生オンライン相談チラシの二次元バーコードから相談できます

つなぐん相談ダイヤル

☎ **0270-26-9200**

平日 9:00～17:00

第2・第4土曜日 9:00～15:00



フォーム相談

24時間子供SOSダイヤル

なやみおう

☎ **0120-0-78310**

24時間対応、通話料無料