

学校生活のこと 友だちのこと あなたの悩み LINEで相談

## LINE 相談窓口「ひとりで悩まないで@長野」

○毎週水曜日に加え 1月の冬休みに集中期間を開設します

集中期間 令和4年1月5日（水）～1月7日（金）

※期間中は毎日相談できます

定期相談 毎週水曜日

受付時間 18時～21時（相談終了21時30分）

例えば・・・

進路のことで親と意見が  
合わない。

自分の性に違和感がある。

この頃、友だちと気まずい。

学校に行きたくない。

あなたの悩み相談してみませんか

### ○対象者（相談できる人）

長野県に在住し、次の県内の学校に在籍する中・高校生

〔中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校、高等学校、  
特別支援学校中等部・高等部、専修学校高等課程等〕



長野県PRキャラクター「アルクマ」©長野県アルクマ

### ○相談方法

右のQRコード、または友だち追加用URLで  
「友だち登録」（追加）をして相談してください。

友だち追加用URL <https://lin.ee/wpL3GsJo>



（QRコードは長野県教育委員会ホームページにも掲載しています）

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/kyoiku/corona/sodan.html>

あなたの相談内容やプライバシーは守られます。ただし、生命や身体等の安全が  
害される恐れがある場合は、関係機関に連絡する場合があります。

<下記の窓口は常設で相談を受付けておりますのでご利用ください>

- 学校生活相談センター なやみいおう 0120-0-78310（24時間）  
gakko-sodan@pref.nagano.lg.jp
- 子ども支援センター（子ども専用ダイヤル）0800-800-8035  
（月～土10時～18時）  
kodomo-shien@pref.nagano.lg.jp