

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

こどもホットライン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

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
なやみいおう
☎ 0120-0-78310
24時間対応、通話料無料