

## 心の健康・心のケアについて

学校の休業が続き、生徒の皆さん、保護者の皆様も環境の変化に慣れない日々を過ごしていることと思います。

学校でも通常通り生徒や保護者の皆様の不安やご相談に添えていきたいと考えておりますが、外部の相談窓口もいくつかご紹介いたします。

### 【生徒のみなさん対象】

#### ●チャイルドラインとちぎ

- ・電話 0120-99-7777（フリーダイヤル）
- ・時間 毎日 16時～21時
- ・設置団体 NPO 法人チャイルドラインとちぎ

#### ●ホッとほっと電話相談

- ・電話 028-665-9999
- ・時間 毎日 24時間対応
- ・設置団体 栃木県教育委員会  
〈24時間子どもSOSダイヤル〉全国統一の教育相談ダイヤル
- ・電話 0120-0-78310

### 【保護者対象】

#### ●ホッとほっと電話相談

- ・電話 028-665-7867
- ・時間 月曜から金曜 8時30分～21時30分  
土曜 8時30分～17時30分  
（上記時間以外と日曜・祝日等は留守番電話またはFAXで受付）
- ・設置団体 栃木県教育委員会

#### ●栃木県総合教育センター 子どもと保護者の教育相談

- ・面接（要予約） 連絡先：028-665-7210、7211
- ・受付時間 月曜から金曜 9時30分～17時15分
- ・所在地 〒320-0002 栃木県瓦谷町1070
- ・設置団体 栃木県教育委員会

【生徒・保護者対象】

●栃木県西健康福祉センター 子どもの心の専門相談

- ・電話、面接 連絡先 0289-62-6224
- ・受付時間 月曜から金曜 8時30分～17時15分
- ・対象 鹿沼市・日光市に在住の生徒、家族
- ・設置団体 栃木県西健康福祉センター 健康支援課

●ホッとほっとメール相談

- ・メール パソコン <http://www.hothotmail.jp>  
携帯・スマホ <http://www.hothotmail.jp/m.html>
- ・時間 毎日24時間受付、回答は後日
- ・設置団体 栃木県教育委員会

◇その他の窓口もございますので、栃木県や各市町村のホームページをご覧ください。