

友達のこと、学校のこと、家族のこと…  
ひとりで悩まないで相談してみよう

## 主な相談窓口一覧

### 子どものSOSの相談窓口（文部科学省）

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/s  
hotou/seitoshidou/06112210.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/s<br/>hotou/seitoshidou/06112210.htm)



### ホットほっと電話相談

【子ども専用】028-665-9999  
（毎日24時間対応）

【保護者専用】028-665-7867  
（月～金曜日は8時30分～21時30分  
土曜日は8時30分～17時30分）

### SNS相談@とちぎ2025

SNS相談@とちぎ2025  
（毎週日曜日19時～21時）

