小学 1～3 年生用

# つらいことやこまったことがあったら、まわりの人に助けをもとめよう



あなた

相談してね

- たんにんの先生
- ほけん室の先生
- 話しやすい先生
- スクールカウンセラーの先生

電話してね



【みなさんを助けてくれる人】

| | |
|---|---|
| 上越市相談電話子どもほっとライン | 電話：025-543-2199 |
| 24 時間子ども SOS ダイヤル | 電話：0120-0-78310 |
| 児童相談所虐待対応ダイヤル | 電話：189（いちはやく） |

あなたも家族も、安心して生活できるようにおてつだいします。

あなた・家族

