小学 4～6 年生用

つらいことや困ったことがあったら、周りの人に助けを求めよう



あなた

相談してね

- 担任の先生
- 保健室の先生
- 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

子ども、保護者など、どなたでも相談できます。

24 時間子ども SOS ダイヤル　電話：0120-0-78310

子どもも保護者も 24 時間いつでも相談できます。

児童相談所虐待対応ダイヤル　電話：189（いちはやく）

24 時間いつでも近くの児童相談所に相談できます。

あなたも家族も、安心して生活できるようにお手伝いします。

あなた・家族

