



港南中学校悩み相談チャート

あなたには悩みはありますか？
悩みがあった場合、誰かに相談していますか？
相談出来たら少しは心が軽くなるかもしれません。
一人で抱え込まずに相談できる相手を探してみてもいいでしょうか？

友人や家族に
相談できる。

いいえ

先生には
相談できる。

いいえ

先生以外なら
相談できる

いいえ

学校以外なら
電話を通して話
ができる。

いいえ

ネット相談窓口
・相談ほっとLINE
都内の中高生向けの SNS 相談
・考えよう!いじめ・SNS
いじめ防止と SNS の適切な利用に
役立つウェブサイト・アプリ

↓ はい

↓ はい

↓ はい

↓ はい

信頼できる友人か
家族に勇気を出して
相談しよう

学年担当や話しやすい先
生、校長先生、副校長先生
などに相談しよう。

助けて BOX を活用しよう。

こころのサポーターの
先生に相談しよう。
(予約が取れるのは水曜
日・木曜日のみです。)

電話相談窓口
・0120-0-78310 24 時間子供 SOS ダイアル
・0120-53-8288 東京都いじめ相談ホットライン
・0120-1-78302 こたエール

港南中学校悩み相談フォー
ムをつくりました。
こちらの QR コードからアクセ
スしてください。

