

# 心のモヤモヤを 晴らしませんか？

千葉県子どもと親のサポートセンター  
マスコットキャラクター「こさぽん」



夏を迎えて「新学期、どんなことが起こるか不安だなあ」

「成績や進路が心配だなあ」

「SNSで悪口を書かれている…どうしよう。」など  
なんだかモヤっとする

そんな時は、誰かにその気持ちを話してみよう！



## えすえぬえすそうだん SNS相談

らいん そうだん しょう  
LINEで相談。小(4~6年)中高生が対象

まいしゅうか ようび もくようび にちようび  
毎週火曜日、木曜日、日曜日18:00~22:00

※8/21(木)~9/7(日)は毎日相談を受け付けます。

「SNS相談@chiba」を「友だち追加」



## ワンストップ・ そうだん オンライン相談

すーむ そうだん へいじつ  
Zoomで相談。平日9:00~17:00

かお だ おんせい  
顔を出さずに音声でもチャットでも  
す ほう そうだん  
好きな方で相談できます。

ホームページから予約できます



## でんわそうだん 電話相談

でんわ そうだん じかん  
電話で相談。24時間受け付けています。

・電話相談フリーダイヤル

0120-415-446

・24時間子供SOSダイヤル(全国共通)

0120-0-78310



## そうだん メール相談

そうちん けんめい  
メールで相談。件名に「相談」と入れてください。

[saposoudan@chiba-c.ed.jp](mailto:saposoudan@chiba-c.ed.jp)

※サポートセンターからの返信は、数日かかることがあります。



ちばけんこ  
おや  
千葉県子どもと親のサポートセンター

