

休校中の 相談 や 困ったことには・・・

自分のこと、友達のこと、お家のこと…「誰かに話したい」と思ったときに相談できる場所です。

◎いじめや困ったことの相談に・・・

・いじめ 110 番横浜市教育総合相談センター(24時間受付) TEL:045-663-1370

◎こころの悩みに・・・

・横浜市こころの健康相談センター(平日 17:00～21:30 休日 9:00～21:30)

こころの健康に関する悩み、性に関する悩み、またどこへ相談すればいいのかわからないという相談にも対応。 TEL:045-662-3522

この他にも「神奈川県 相談窓口」と検索すると悩みに合わせた様々な相談機関が検索できます。

<https://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f70211/p325359.html> ←ここをクリックしても OK



検索をした場合はこちらを選択してください。

いつもと違う環境でストレスや不安を感じるのはおかしいことではありません。
1人で悩まずぜひ相談してください。
先生たちに相談したいなと思ったら、いつでも学校に電話をしてください。
心も体も元気に過ごしましょう♪

◎横浜市内の主な相談窓口

横浜市内に4か所ある「地域ユースプラザ」では、若者のさまざまな相談に対応しています。

・よこはま西部ユースプラザ▶<http://reroad.jp/nishi-pla/> TEL:045-744-8344

場所:旭区二俣川 1-2 二宮ビル 3階 ※現在は平日・土曜ともに11時～19時電話対応。

・よこはま南部ユースプラザ▶<https://nanpla.jp/> TEL:045-761-4313 メール相談も可能です。

場所:磯子区磯子 3-4-23 浜田ビル 2階 ※現在は月曜日～金曜日の11時～18時で対応。

・よこはま東部ユースプラザ▶<http://www.sodateage.net/ypt/yokohama/>

場所:鶴見区鶴見中央 3-23-8 メールアドレス:ypt@sodateage.net

※現在はメール相談のみ。平日・土曜日の11時～19時で対応。

・よこはま北部ユースプラザ▶<https://kitapla.jp/> TEL:045-948-5503 メール相談も可能です。

場所:都筑区茅ヶ崎中央 11-3 ウェルネスセンタープラザ南ビル 3階 A号室

※現在は水・金曜日(祝日を除く)11時～15時で電話対応。

◎「ようこそカフェ」を運営している団体からのお知らせです。

皆さんどのように過ごしていますか？休校明け、会えるのを楽しみにしています。
一人で悩まず、いつでも気軽に連絡をください♪待っています。



・よこはまユース より

よこはまユースが運営する青少年交流・活動支援スペース「さくらリビング」は休館中も電話・メールでの相談に対応しています。ZOOMでのオンライン雑談会「さくらビオンライン」もほぼ毎日開催しています。カフェのスタッフも登場するかも!?

ご参加お待ちしております！

(要事前申込。詳細は<<https://yokohama-youth.jp/kkspace/2020/04/22/online/>から)

「さくらリビング」ホームページ▶<https://yokohama-youth.jp/kkspace/>

さくらリビング Twitter▶@sakura_living

・多文化共生教育ネットワークかながわ (ME-net ミーネット) より

ミーネットは、外国につながる子どもの教育を支援しています。在留資格、日本語の習得、進学相談などでお困りの方は、ホームページのお問合せフォームから相談してください。

ME-net ホームページ▶<http://me-net.or.jp/>

・横浜メンタルサービスネットワーク (メンタルネット) より

家にずっといるのがつらい・イライラする・とても不安・・・など、だれかに話したいことがあったら、電話か問合せフォームからご連絡ください。5月8日(金)から、学校が始まるまでは、火曜・木曜・金曜の13時30分から16時まで、フリースペースを開催しています。みなでおしゃべりしたり、ゲームしたり、おやつを食べたりして過ごします。場所は、メンタルネットの事務所(上大岡駅徒歩5分)です。詳しくは、ホームページを確認してください。

メンタルネット ホームページ▶<https://forest-1.com/ymsn/index.html>

・「エンパワメントかながわ」より

「家にばかりいてつまらない」「友だちに会えない」「勉強が心配」・・・今、どんな気持ち？
気持ちには、良いとか悪いとかはありません。言葉にして、誰かに話して聴いてもらおう。

1. LINE 子どもしゃべり場

おしゃべりしたい方、お待ちしております。どなたでも。 <https://npo-ek.org/etc/22047/>

2. 若草プロジェクト (LINE またはメール相談)

悩んでいる女性の方へ。家族からの暴言や暴力、いじめ、性暴力、DVで悩んでいる女性の方へ。

<https://wakakusa.jp.net/sodan/>

3. SAYASAYA LINE 相談

「モヤモヤする」「なんかわからないけど苦しい」「腹が立ってしかたがない」「自分を傷つけたい」「死にたい・・・消えたい・・・」そんな思いをLINEになげしてみませんか？Saya-Sayaの相談員があなたの気持ちを聴き、一緒に考えます。 <https://saya-saya.net/activities/consult/line/>