

友達のこと、学校のこと、家族のこと…  
ひとりで悩まないで相談してみよう

## 主な相談窓口一覧

### 子どものSOSの相談窓口（文部科学省）

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/s-hotou/seitoshidou/06112210.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/s-hotou/seitoshidou/06112210.htm)



### ホットほっと電話相談

【子ども専用】028-665-9999  
(毎日24時間対応)

【保護者専用】028-665-7867  
(月～金曜日は8時30分～21時30分  
土曜日は8時30分～17時30分)

### SNS相談@とちぎ2025

SNS相談@とちぎ2025  
(毎週日曜日19時～21時)

### いじめ・不登校対策チーム

河内教育事務所	028-626-3184
上都賀教育事務所	0289-62-0162
芳賀教育事務所	0285-82-5274
下都賀教育事務所	0282-23-3782
塩谷南那須教育事務所	0287-43-0609
那須教育事務所	0287-23-2194
安足教育事務所	0283-23-5479