

[チャットなどで相談したい]

あなたのいばしょ (年齢を問わず誰でも)

<https://talkme.jp/>



チャイルドライン (18才までなら誰でも)

<https://childline.or.jp/chat>



[そのほかの窓口情報]

厚生労働省 まもろうよこころ

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



[どれも選びづらかったら]

取手アートプロジェクト

<https://toride-ap.gr.jp>

✉ tap-info@toride-ap.gr.jp



中学校を卒業したあと、
違う道を歩いていくみなさんと
そのご家族へ

いろいろな不安に戸惑ったときに
お伝えしたいこと

[保存版・2022年3月]

あなたやあなたのご家族がしんどさ・生きづらさを
経験する・しているとしたら、
そこにはきっとたくさんの理由が絡み合っています。

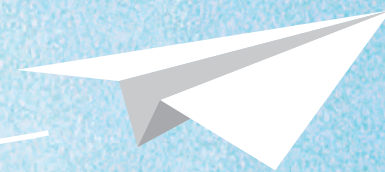
その問題を家族だけでほどこうするのはとても大変なことです。
そんな時、今以上にがんばってしまうと、
かえってしんどさが増えてしまうかもしれません。

生きることが大変、どうしたらいいのかわからなくて不安……
そう思ったときは、がんばらずに気軽に連絡をください。
相談は無料で、情報は必ず守られます。

こんな小さなことで……と思っても
あなた自身が生きるのがつらいとき、不安なときは
迷わず伝えてください。

伝えてくだされば、いろいろな方法を一緒に考えます。
その後は少しずつでも状況は必ず変わります。

しんどい時に「助けて!」と伝えるための
窓口の情報をお伝えします。



例えば、こんな不安に関する 相談があります

- ・他人と関わるのがこわい、つらい
- ・進路や将来がわからない
- ・仕事が見つからない
- ・生活が苦しいが相談先がわからない
- ・家族との関わり方がわからない、関わるのがつらい
- ・人の目が気になってしかたない
- ・何をやってもうまくいかない
- ・この先のために何をしたらいいのかわからない

[取手で一番身近な相談受付・電話やメールで相談をしたい]

取手市くらしサポートセンター

電話 | 0297-72-0603

受付時間 | 8:30-17:15 (土日祝日を除きます)

✉ shakyo-t@toride-shakyo.or.jp

住所 | 取手市寺田 5144-3 (取手市役所敷地内取手市社会福祉協議会)

取手市青少年センター (取手市内にお住まいの18才未満の方・保護者の方)

*電話・FAX | 0297-73-6868

受付時間 | 9:00-16:30 (土日祝日・年末年始を除きます)

✉ seishounensoudan@city.toride.ibaraki.jp

住所 | 取手市西二丁目35番3号 (取手市役所分庁舎2階)

*メール・FAXは24時間送れます。

夜間やお休みの場合お返事は次の受付時間以降になります。