



# 卒業後の相談窓口案内

## こころの相談先が知りたい(新潟県内)

こころの相談 にいがた

検索

○「こころの相談 にいがた」新潟県ホームページ

新潟県こころの相談ダイヤル (専門の相談員が対応します)

TEL 0570-783-025 (毎日24時間対応)

新潟県ホームページ  
「こころの相談 にいがた」



## こころの相談先が知りたい(県外)

まもろうよ こころ

検索

○「まもろうよ こころ」厚生労働省ホームページ  
電話相談、SNS相談の相談先が掲載されています。

厚生労働省ホームページ  
「まもろうよ こころ」



## こころに関する地域の相談窓口(新潟県内)

新潟県いじめ対策ポータル

検索

○市町村によって窓口が異なりますので、「新潟県いじめ対策ポータル」の「その他の相談窓口を見る」を確認ください。  
また、居住地の市町村役場Webページから探す方法もあります。

新潟県いじめ対策ポータル



## オンラインで職場のストレスをセルフチェックしたい

こころの耳

検索

○「こころの耳」厚生労働省ホームページ  
5分間で職場のストレスをセルフチェックできます。

厚生労働省ホームページ  
「こころの耳」



## 医療機関を探したい(新潟県内) ※県外は上記「こころの耳」から調べられます。

にいがた医療情報ネット

検索

○「にいがた医療情報ネット(新潟県広域災害・救急医療情報システム)」  
こころの健康以外の医療機関も検索できます。

にいがた医療情報ネット

