

誰  
か  
が  
い  
る

話  
し  
た  
い

今  
、

Nogizaka46



学校でのいじめに悩んだら、心配な友達がいいたら、  
いつでも話を聞きましょう

通話料無料になりました

24時間子供SOSダイヤル

なやみいおう  
☎ 0120-0-78310

各教育委員会等によって運営されている、全国共通のダイヤルです。

以下の相談ダイヤルも開設しております。状況に応じて活用してください。

児童虐待かもと思ったら

☎ 189番

(児童相談所全国共通ダイヤル)

子どもの人権110番

☎ 0120-007-110

(通話料無料、法務局職員または  
人権擁護委員による相談窓口)

各都道府県警察本部に  
よる少年相談窓口

(右のQRコードから近くの  
窓口を調べられます)



# 児童生徒の主な相談窓口一覧

相談窓口名称	所管等	電話番号	受付	概要
24時間子供SOS ダイヤル	文部科学省	(なやみいおう) 0120-0-78310	24時間 年中無休	子供たちが24時間いじめ等の悩みを相談できる、全国統一ダイヤル。
子どもの人権110番	法務省	0120-007-110	平日8:30～17:15	いじめ・体罰等の人権問題について、子供や周囲の大人が法務局職員・人権擁護委員に相談できる電話窓口。
いのちの電話	一般社団法人 日本いのちの電話連盟	0570-783-556	毎日10:00～22:00	相談員に電話・メールで悩みを相談できる窓口。
		0120-783-556	毎日16:00～21:00 毎月10日8時～翌日8時	
チャイルドライン	NPO法人 チャイルドライン支援センター	0120-99-7777	毎日16:00～21:00 (12/29～1/3除く)	18歳までの子供が電話・チャットで悩みを相談できる窓口。
よりそいホットライン	一般社団法人 社会的包摂サポートセンター	0120-279-338	24時間	相談員に電話・SNS等で悩みを相談できる窓口。
都道府県警察の 少年相談窓口	各都道府県警察	都道府県ごと ( <a href="https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html">https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html</a> )	都道府県ごと	いじめ・犯罪等の被害に悩む子供やその家族が警察に相談できる窓口。
児童相談所虐待 対応ダイヤル「189」	厚生労働省	189 (いちはやく)	24時間 年中無休	虐待の疑いがある時などに、児童相談所に通告・相談できる全国統一ダイヤル。

## 別添 1

さかもとだいじん ぜんこく  
坂本 大臣 から 全国 の子どもたちへのメッセージ

こどく こりつたいさくたんとうだいじん さかもとてつ し  
孤独・孤立 対策 担当 大臣 の坂本 哲志 です。

しんがた  
新型 コロナが広がる中、これまでのように生活ができず、落ちつ  
かない気分になったり、不安ふあんに思うことも多いのではないのでしょうか。

人に言えないなやみごとは、きっとだれにでもあります。つらいな、し  
んどい、だれも助たすけてくれないと、悲かなしい気持ちになることもあるかも  
しれません。

それでも、みなさんを支えてくれる人はきっといます。まずは、近くの  
大人や友だちに話をしてみましょう。でも、話にくいということがあるか  
もしれません。その時には、このウェブサイトしょうかいで紹介している相談先そうたんさき  
の方に話をしてみてください。みなさんのなやみごとを聞きたいと待まっ  
ている人がたくさんいます。

わたし だいじん しごと ふあん  
私も大臣という仕事しごとをするにあたり、不安ふあんになったりします。そう  
した時は、誰だれでもいいから相談そうたんしたり、打ち明けるようにしていま  
す。

みな だれ  
皆さんも、ひとりでかかえこまないで、まず誰だれかに話をしてみてくだ  
さい。私からみなさんへのお願ねがいです。

孤独・孤立対策担当大臣 坂本 哲志



# 小学生のみなさんが利用できる茨城県の相談窓口

令和3年 茨城県教育委員会

<h2>子どもホットライン</h2> <p>毎日24時間、電話・メール・FAX で相談できます。</p>	<h2>いじめ・体罰解消サポートセンター</h2> <p>開設時間に、来所しての面談、電話、メール、掲示板への書き込みで相談できます。</p>	
<p>「相談員さんと電話で直接お話ししたいな」 「土日や深夜に、不安なことができちゃった」 などという人にぴったりです。</p>	<p>「直接会って、お話ししたいな」、「親とつよに相談したいな」、「メールなどで相談したいな」 などという人にぴったりです。</p>	
 <p>24時間子ども専用電話相談 自分ごと、友達のこと、心配なこと... あなたの声をきかせてください 名前を言わなくても大丈夫 TEL 029-221-8181 365日24時間いつでもお待ちしています FAX 029-302-2166 E-mail 子どもホットライン 24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310</p>	<p>いじめや体罰の相談 一人でなやまず連絡してね 茨城県いじめ・体罰解消サポートセンター <a href="https://www.edu.pref.ibaraki.jp/ijimekaisho/">https://www.edu.pref.ibaraki.jp/ijimekaisho/</a> 「いじめなくそう! ネット目安箱」 メールや掲示板へのかきこみにより、匿名での相談もできます。 ※ヒミツは守られます 茨城県教育委員会 のHPからもアクセスできます</p> 	

相談窓口では、相談員さんが話を聞いてくれます。名前を言いたくないときは、言わなくても大丈夫です。



だれにでも不安や悩みはあるものです。どんな小さな悩みでも、一人で抱え込まないで、気軽に相談してくださいね。