

# 困ったことがあったら相談します

家族、学校、友達との関係、心や体のことなど悩みや不安をひとりで抱え込んでいませんか。あなたが悩みや不安を抱えて困っているときには、相談できる場所があります。不安や悩みがあるときは、一人で悩まず、どこかに相談してみてください。

平生町教育委員会

## ◇ 悩み全般

### 24時間子供SOSダイヤル

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

24時間 365日  
TEL: **0120-0-78310** (通話料無料)

### 児童相談所虐待対応ダイヤル

<https://www.cfa.go.jp/policies/jidouguyakutai/gyakutai-taiou-dial/>

TEL: **189** (いちはやく) 24時間 365日  
TEL: **0120-189-783** (通話料無料)

### ポコアポコ (ゆうなんこども家庭支援センター)

平日 9:00~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)

TEL: **0820-56-7300**

## ◇ 子ども専用相談窓口

### チャイルドライン

※18歳までの子どものための悩み相談

毎日 16:00~21:00

<https://childline.or.jp>

TEL: **0120-99-7777** (通話料無料)

## ◇ ヤングケアラー相談窓口

### 山口県ヤングケアラー専門相談窓口

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/site/young-carer/>

メール相談: [youngcarer@s-seikouen.com](mailto:youngcarer@s-seikouen.com)

TEL: **0836-65-1177** (毎日24時間)

## ◇ 勉強・学校生活など

### ふれあい総合テレホン

平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)

TEL: **083-987-1240**

## ◇ 非行問題、家庭、ネットに関する悩みなど

### ヤングテレホン・やまぐち

毎日24時間

TEL: **0120-49-5150** (通話料無料)

携帯電話からは

TEL: **083-925-5150**

## ◇ いじめ・不登校・体罰など

### こどもの人権110番

平日 8:30~17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)

<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken112.html>

TEL: **0120-007-110** (通話料無料)

## ◇ 思春期の体のこと

### 思春期ほっとダイヤル

平日 9:30~16:00 (土日・祝日・年末年始を除く)

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/51/18329.html>

TEL: **0835-24-1140**

## ◇ 心の問題について

### 心の健康相談電話

平日 9:00~11:30、13:00~16:30 (土日・祝日・年末年始を除く)

<https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/47/19271.html>

TEL: **083-901-1556**

## ◇ その他

### よりそいホットライン

<https://wwwsince2011.net/yoriso/>

毎日24時間

TEL: **0120-279-338** (通話料無料)

### #いのちSOS

月・火・金: 0時~24時 (24時間)、水・木・土・日: 6時~24時

<https://lifelink.or.jp/inochisos/>

TEL: **0120-061-338** (通話料無料)