



# ひとりで悩まず相談しよう

保護者や担任の先生、養護の先生、スクールカウンセラーなどに相談しましょう！ みんなあなたの味方です。

★印は保護者からの相談にも対応します。

## 子ども専用相談窓口

### 子どもSNS相談みえ

平日 17:00～22:00

中学生、高校生のみなさん、いじめ等について  
悩んだときは、気軽に相談してください。



### チャイルドヘルプラインMIEネットワーク

(全般的な悩み相談) 電話・チャット・メール

こどもほっとダイヤル (通話料無料)

Tel 0800-200-2555

毎日13:00～21:00 (年未年始は休み)

チャイルドライン (通話料無料)

Tel 0120-99-7777

毎日16:00～21:00 (年未年始は休み)



### 子ども弁護士ダイヤル (三重弁護士会)

Tel 059-224-7950

月～金曜日 9:00～12:00, 13:00～17:00

いじめ、体罰、虐待など、「子どもの人権問題」に関する、子どもからの相談を無料で受け付けています。専用電話番号で受付を行い、弁護士から折り返し電話します。三重県内にお住まいか、三重県内の学校又は職場に通学・通勤されている方に限ります。

### 非行・犯罪行為などの相談

#### ★三重県警察少年相談110番

Tel 0120-41-7867 (通話料無料)

月～金曜日 9:00～17:00 (祝日、年未年始除く)

#### ★少年サポートセンター

北勢少年サポートセンター Tel 059-354-7867

中勢少年サポートセンター Tel 059-227-7867

南勢少年サポートセンター Tel 0596-24-7867

伊賀少年サポートセンター Tel 0595-64-7837

月～金曜日 9:00～17:00 (祝日、年未年始除く)

#### ★三重法務少年支援センター

Tel 059-222-7080 月～金曜日 9:00～17:00

### ネットトラブル相談

#### ★違法・有害情報相談センター

(ネットトラブル)

インターネット上の誹謗中傷、名誉毀損、プライバシー侵害、人権侵害が著作権侵害などに関する書き込みへの対応や削除要請方法、その他トラブルに関する対応方法などについての相談窓口



#### ★三重県消費生活センター (契約トラブルなど)

Tel 059-228-2212

平日9:00～12:00, 13:00～16:00

(祝日、年未年始除く)

### 教育・家庭相談

#### ★教育相談

(子どもの心やからだの問題、不登校の相談)

Tel 059-226-3729

月水金 9:00～21:00 火木 9:00～17:00

面接相談の予約もできます。

#### ★こども家庭相談 (子育てに関する悩み相談)

Tel 059-233-1425

毎日13:00～21:00 (12/29～1/3を除く)

### いじめ・不登校・体罰などの相談

#### ★いじめ電話相談 (いじめ)

Tel 059-226-3779 毎日24時間

#### ★24時間子供SOSダイヤル (いじめなど)

Tel 0120-0-78310 毎日24時間 (通話料無料)

#### ★子どもの人権110番 (いじめ、不登校、体罰など)

Tel 0120-007-110 平日のみ 8:30～17:15

(通話料無料)

#### ★子どもの人権SOS-eメール (法務省)



#### ★みえ不登校支援ネットワーク (不登校)

Tel 059-213-1116 (予約番号)

月～金曜日 9:30～17:30 (予約制)

電話での完全予約制で、事務局が予約を受け付けています。

(電話での相談はできません)

### 児童虐待などの相談

#### ★三重県児童相談センター

北勢児童相談所 Tel 059-347-2030

鈴鹿児童相談所 Tel 059-382-9794

中勢児童相談所 Tel 059-231-5666

南勢志摩児童相談所 Tel 0596-27-5143

伊賀児童相談所 Tel 0595-24-8060

紀州児童相談所 Tel 0597-23-3435

電話相談だけでなく、面接相談の予約もできます。

### DV・性暴力被害などの相談

#### ★みえ性暴力被害者支援センター「よりこ」

Tel 059-253-4115 または #8891

10:00～16:00 (土日祝日、年未年始除く)

#### ★三重県「DV・妊娠SOS・性暴力」相談 (LINEによる相談)

QRコードから友だち登録して相談

