



# 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 (土日祝日、12/29～1/3除く)  
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。



↑令和6年3月末までのQRコードです

### 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。

### あなたはひとりじゃない (18歳以下向け)

孤独・孤立で悩みを抱えている方が、各種支援制度や相談先を探せる自動応答によるシステムです。また、悩みを抱える人が支援の声を上げやすいよう、よくある質問とその回答や専門家からの情報を掲載しています。



### 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

#### ★ネットみえ～

(不適切な書き込みを見つけた場合に投稿できるサイト)



#### ★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、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



# 相談窓口一覧

辛いときは、一人で悩まずに専門家に相談しましょう。

## いじめ・体罰等・犯罪被害に関すること

相談内容	相談窓口	電話
いじめ・体罰等教育相談	四日市市教育委員会 指導課	059-354-8169
青少年とその家庭の悩み相談（非行問題・家庭教育等）	こども未来部こども未来課 青少年育成室【電話・来所】	059-352-4188
少年に関する相談 （非行問題・いじめ・被害少年の悩み等）	北勢少年サポートセンター （四日市南警察署内）【電話・来所】	059-354-7867
犯罪被害に関する相談	四日市市 市民文化部 市民協働安全課	059-354-8179

## 児童虐待・家庭内暴力に関すること

相談内容	相談窓口	電話
児童虐待、子育て、ひとり親家庭、家族関係に関する相談	こども未来部 こども家庭課 【電話・来所】	059-354-8276
児童虐待、問題行動、不登校、発達、養護（家庭環境・養育困難等）、施設入所等に関する相談	北勢児童相談所 【電話・来所】	059-347-2030  (夜間) 059-347-2052
児童虐待についての相談	子どもの虐待防止ホットラインよっかいち	059-353-5110
女性の相談員による女性のための電話相談 （DV、家族関係等）	四日市市男女共同参画センター「はもりあ 四日市」 【電話・来所】	059-354-8335

## 人権に関すること

相談内容	相談窓口	電話
人権に関する相談	四日市市人権センター 【電話・来所】 月曜日～土曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	059-354-8610
子どもの人権に関する相談	子どもの人権110番 （法務局・四日市人権擁護委員協議会）平日 8:30～17:15	0120-007-110

子どものこころや発達に関すること

相談内容	相談窓口	電話
発達障害、不登校等に関する相談 (不登校、学習障害、発達、学業不振、神経性習癖、児童虐待 他)	四日市市教育委員会 教育支援課 特別支援教育・相談グループ	059-354-8285
子どもの悩みと発達に関する保護者の相談	こども未来部 こども発達支援課	059-354-8064
こころの相談窓口 精神保健(うつ病、統合失調症、睡眠障害、摂食障害 等) 性感染症 等	四日市市保健所保健予防課 【電話・来所】	059-352-0596
幼児から高校生までの子ども・保護者・教育関係者(保育含む)の相談	三重県総合教育センター 月・水・金 9:00~21:00 火・木 9:00~17:00	059-226-3729
不登校等に関する支援・相談	四日市市登校サポートセンター (ふれあい教室)	059-345-3350
	わくわく教室	059-354-8285

子どもが相談できるところ

相談内容	相談時間	電話
24時間 子どもSOSダイヤル (文部科学省・三重県総合教育センター)	毎日 24時間	0120-0-78310 (なやみ言おう)
いじめ電話相談 (三重県総合教育センター)	毎日 24時間	059-226-3779
教育相談電話 (三重県総合教育センター)	月・水・金 9:00~21:00 火・木 9:00~17:00	059-226-3729
こどもほっとダイヤル (子どもだけが相談できる子ども専用相談電話)	毎日 13:00~21:00 (年末年始の休日を除く)	0800-200-2555

いじめ相談メール

<http://www.city.yokkaichi.mie.jp/y-ijimesoudan/>



いじめ相談アプリ



市内小学校5年生以上、中学校全員の使用するタブレット端末にダウンロードされているアプリです。