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、 -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。

ども専用相談窓口

子どもSNS相談みえ 平日 17:00~22:00

令和7年度は、4、9、10、11、1、3月に土日祝日も実施(年末年始は除く) 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。



3月末までの 二次元コードです

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・LINE

LINE

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 (年末年始は休み)

そうだん

チャイルドライン(通話料無料) Tel 0120-99-7777

毎日16:00~21:00 (年末年始は休み)



LINEでも相談できます。不安や悩みなどどんなことでも相談してください。

そ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、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。



こどもの人権SOSチャット

(法務省人権擁護局) 平日 8:00~17:15



LINEじんけん相談

(法務省人権擁護局) 平日 8:00~17:15



←友だち 登録

・犯罪行為などの相談



しょうねん そうだん

★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、年末年始除く)

★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 南勢少年サポートセンター Tel 0596-24-7867

月~金曜日 9:00~17:00 (祝日、年末年始除く)

みえ ほうむ しょうねん しえん ★三重法務少年支援センター Tel 059-222-7080 月~金曜日 9:00~17:00

中勢少年サポートセンター Tel 059-227-7867 伊賀少年サポートセンター Tel 0595-64-7837

ネットトラブル相談

ゆうがいじょうほうそうだん

★違法・有害情報相談センタ-

(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



みえけん しょうひ せいかつ

★三重県消費生活センタ-

(契約トラブルなど)

Tel 059-228-2212

平日9:00~12:00,13:00~16:00 (祝日、年末年始を除く)



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

★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)

★24時間子供SOSダイヤル (いじめなど) Tel 0120-0-78310 每日24時間(通話料無料)

★子どもの人権SOS-eメール

(法務省人権擁護局)



こうえきざいだんほうじん ★公益財団法人

にほん 日本スポーツ協会相談窓口

(スポーツに関する暴力、暴言、ハラスメント)

Tel 03-6910-5827

毎週火曜・木曜 13:00~17:00

(年末年始、祝日除く)



★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

北勢児童相談所 Tel 059-347-2030 中央児童相談所 Tel 059-231-5666 伊賀児童相談所 Tel 0595-24-8060

電話相談だけでなく、面接相談の予約もできます。

Tel 059-382-9794 鈴鹿児童相談所

南勢志摩児童相談所 Tel 0596-27-5143 紀州児童相談所 Tel 0597-23-3435

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

9:00~17:00(土日祝日、年末年始除く)

(LINEによる相談)

二次元コードから友だち登録して相談でんわ そうだん まどぐち

★教職員による児童生徒への性暴力に関する電話相談窓口

けんりつがっこう

★県立学校の場合

三重県教育委員会 教職員課 県立学校人事班 Tel 059-224-2956

月~金曜日 8:30~17:15

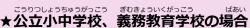
こうりつしょうちゅうがっこう

けんりつがっこう ぎむきょういくが-

三重県教育委員会 研修企画・支援課 教育相談班

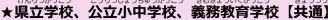
Tel 059-226-3516

月・水・金曜日 9:00~21:00 火・木曜日 9:00~17:00



三重県教育委員会 教職員課 小中学校人事班 Tel 059-224-2958

月~金曜日 8:30~17:15







性の多様性に関する相談



★みえにじいろ相談 Tel 059-233-1134

毎月 第1日曜日 13:00~19:00 第3金曜日 14:00~20:00 SNS相談 (LINEによる相談)

二次元コードから友だち登録して相談 毎月 第2金曜日 14:00~20:00 第4日曜日 13:00~19:00



令和7年10月 三重県教育委員会