

# 一人じゃないよ 声を聞かせて

「自分のこと」  
「周りの人のこと」

横浜市教育委員会  
(横浜市教育総合相談センター)



## 他の相談窓口

### 横浜市青少年相談センター

☎ 045-752-8366  
🕒 月～金 8:45～17:00

ひきこもりや不登校など、おむね15歳から39歳までの青少年が抱えているさまざまな問題について相談を受け付けています。

### よこはま子ども・若者相談室

(LINE相談)

🕒 365日・14時～21時

友達や家族、進路のことなど、どんなことでも専門の相談員がリアルタイムで応じます。ひとりで悩まずに気軽に相談してください。



### ユーステレホンコーナー

<神奈川県警察 少年相談・保護センター>

☎ 0120-45-7867  
🕒 月～金 8:30～17:15

専門の相談員が少年のいじめや犯罪被害、非行問題等に関する相談を受け付けています。

### こどもの人権110番 <法務局>

☎ 0120-007-110  
🕒 月～金 8:30～17:15

「いじめ」を受けて学校に行きたくない、親から虐待を受けている、でも先生や親には言えない・・・、誰に相談していいかわからない・・・、もしもそんな苦しみを抱えていたら、一人で悩まずにお電話ください。法務局・地方法務局の職員、または人権擁護委員が皆さんのお話を聞いてどうしたらいいか一緒に考えます。相談は無料、相談内容の秘密は守ります。



あなたの秘密は守ります



### 24時間子どもSOSダイヤル

☎ 0120-078310  
🕒 24時間・365日

いじめを受けたり見かけたりしたときや、様々な悩みごとなど、一人で抱えずご相談ください。

なんだかさ、  
疲れてきちゃった。

考えてると分からなくなるよね。  
とりあえず、ここで話してみたらどうかな？

### 学校生活あんしんダイヤル

☎ 045-624-9081  
🕒 火～金 9時～17時

いじめや不登校に悩んでいる、でも、学校には相談しにくい・・・、そんなときは一人で抱えずお電話ください。スクールソーシャルワーカーと一緒に考えます。

いじめられてるのかな。  
親に心配かけたくない。  
自分で解決したいけど、  
あんまり変わらなくて。

難しいよね。どうしたら  
解決できるか一緒に  
考えてくれるんだって。

### にんしんSOSヨコハマ

☎ 045-662-5524  
🕒 10時～22時(365日)  
LINE 10時～21時30分

妊娠したかもしれない不安になっているとき、思いがけない妊娠にとまどっているときは、ご相談下さい。



あのさ・・・言いにくいんだけど  
生理が遅れてるんだ。  
誰かに相談できるかな？

ここはどう？LINEでも相談できるよ。  
早く相談した方がいいよ。

あなたは悪くないよ！

### よこはま子ども虐待ホットライン

☎ 0120-805-240  
🕒 24時間・365日

あなたのことでも、友達のことでも、「虐待かな・・・」と気になることがあれば連絡をください。匿名でも大丈夫です。

### かながわ子ども家庭 110番相談LINE

🕒 月～土 9時～21時

親子関係や家族の  
悩みなど、一人で抱えず  
ご相談ください。

