



文部科学省

MINISTRY OF EDUCATION,
CULTURE, SPORTS,
SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN



こども
子供のSOSの相談窓口

そうだんまどぐち



じかん こども つうわりようむりよう
24時間子供SOSダイヤル（通話料無料）

な や み い おう
0120-0-78310

いじめで困ったり、ともだちや先生のことで不安や悩みがあったりしたら、
一人で悩まず、いつでもすぐ電話で相談してください。

ほかにはこんな相談窓口があります



でんわ そうだん
電話で相談する>

でんわ そうだん
電話で相談できる
まどぐち しょうかい
窓口をご紹介します。
なや ないよう
す。悩みの内容な
どに合わせて、
きがる そうだん
気軽に相談してみ
てください。

[くわしくはこちら ②](#)



そうだん
SNSで相談する>

そうだん
SNSで相談できる
まどぐち しょうかい
窓口をご紹介します。
なや ないよう
す。悩みの内容な
どに合わせて、
きがる そうだん
気軽に相談してみ
てください。

[くわしくはこちら ②](#)



じもと そうだんまどぐち
地元の相談窓口
さが
を探す >

じどうせいとほんにん
児童生徒本人が
そうだん まどぐち
相談できる窓口
や、ほごしゃ そうだん
保護者が相談
できる窓口をご
しょうかい きがる
紹介します。気軽
に相談してみてください。

[くわしくはこちら ②](#)

チャットボットで相談窓口を探す

18歳以下のみなさんへ

悩みを相談できる窓口をご紹介します。

探してみる





あなたのための支援があります

制度・窓口を探す

あなたはひとりじゃない
孤独・孤立対策担当室





性犯罪・性暴力の相談窓口はこちら



性犯罪・性暴力でお悩みの方へ

もう、ひとりで悩まないで。
相談できる場所があります。

