

自分のことを大切にするための相談

なや はな
一悩みがあったら、話してみようー

ふあん なや
＜不安や悩みがあるとき＞

相談場所	電話やメールなど	その他
24時間子供SOSダイヤル (文部科学省)	☎ 0120-0-78310	毎日 24 時間受付
子どもの人権110番 (法務省)	☎ 0120-007-110 上の番号を使えない時 048-859-3515 ✉ https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html	平日 8:30~17:15
子どもスマイルネット (埼玉県)	☎ 048-822-7007	毎日 10:30~18:00
よい子の電話教育相談 (埼玉県立総合教育センター)	☎ #7300 または 0120-86-3192 ✉ soudan@spec.ed.jp	埼玉県の 18 歳まで 毎日 24 時間受付
チャイルドライン (NPO チャイルドライン支援センター)	☎ 0120-99-7777 SNS での相談も可 → 	毎日 16:00~21:00
子ども弁護士ホットライン (埼玉弁護士会)	☎ 048-837-8668	毎週火・木曜 15:00~18:00
みんなの人権110番 (法務省)	☎ 0570-003-110 上の番号を使えない時 048-859-3507	平日 8:30~17:15
With You さいたま相談室 (埼玉県)	☎ 048-600-3800	月~土 10:00~20:30
埼玉県こころの電話 (埼玉県)	☎ 048-723-1447	平日 9:00~17:00
上尾市男女共同参画推進センター	☎ 048-778-5110	平日 10:00~12:00 13:00~16:00
人権相談 (上尾市)	☎ 048-775-5117 (事務局)	毎月最終水曜 10:00~12:00 13:00~15:00
子ども家庭総合支援センター (上尾市)	☎ 048-783-4964	平日 8:30~17:00
外国語人権相談ダイヤル (法務省) ※ 外国語でそうだんできます	☎ 0570-090911 英語、スペイン語、中国語、ポルトガル語、韓国・朝鮮語、 タガログ語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語	平日 9:00~17:00 インターネット窓口あり (英語・中国語対応)
外国人総合相談センター埼玉 (埼玉県) ※ 外国語でそうだんできます	☎ 048-833-3296 英語、スペイン語、中国語、ポルトガル語、韓国・朝鮮語、 タガログ語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語	平日 9:00~16:00

せい なや とし
＜性のことで悩んだ時＞

セクシュアル・マイノリティ電話法律相談 (東京弁護士会)	☎ 03-3581-5515	毎月第2・第4木曜 17:00~19:00
よりそいホットライン (社会的包摂サポートセンター)	☎ 0120-279-338	毎日 24 時間受付

上の内容について
わからないことがあったら

TEL 048-776-7600
FAX 048-776-7604



問合せ対応時間

平日 10:00~12:00
13:00~17:00