


あなたの「つらい気持ち」や「苦しい気持ち」・・・
1人で悩まないで相談しよう

子ども・若者の悩み相談窓口


○ 電話による相談窓口

相談窓口	対象者	電話番号	相談時間
キッズ岡崎こころの電話相談	児童生徒	0564-83-5660	火曜日～金曜日 12時～19時 土曜日 12時～16時30分
岡崎市子ども・若者総合相談センター（わかサポ）	岡崎市にお住まいの 39歳までの人	0564-64-6665	平日 8時30分～17時15分 （祝日・年末年始を除く）
チャイルドライン	18歳までの人	0120-99-7777	毎日 16時～21時
24時間子どもSOSダイヤル	児童生徒とその保護者	0120-0-78310	毎日 24時間対応
子どもの人権110番	—	0120-007-110	平日 8時30分～17時15分
教育相談こころの電話	青少年とその保護者	052-261-9671	毎日 10時～22時 （年末年始除く）
一般教育相談	児童生徒とその保護者 及び関係教職員等	0561-38-2217	平日 9時～17時 （祝日・年末年始を除く）
ヤングテレホン	20未満の人とその保護者	052-764-1611	平日 9時～17時 （祝日・年末年始を除く）
こころの健康相談統一ダイヤル	だれでも	0570-064-556	毎日 9時～16時30分
よりそいホットライン	だれでも	0120-279-338	毎日 24時間対応
いのちの電話	だれでも	0120-783-556	毎日 16時～21時 毎月 10日 8時～翌日 8時
名古屋いのちの電話	だれでも	052-931-4343	毎日 24時間対応
あいち自殺防止センター	だれでも	052-870-9090	毎週金曜日 20時～23時

○ Eメールによる相談窓口

相談窓口	対象者	URL	QRコード
いのちの電話みんなのインターネット相談	だれでも	https://www.inochinodenwa-net.jp/	

○ SNSによる相談窓口

相談窓口	対象者	相談時間	LINE	Twitter	Facebook	チャット
生きづらびっと	だれでも	月・火・木・金・日曜日 17時～22時30分 水曜日 11時～16時30分			—	
チャイルドライン	18歳 までの人	毎週木・金・第3土曜日 16時～21時	—	—	—	
こころのほっとチャット	だれでも	毎日 第1部 12時～16時 第2部 17時～21時 毎月1回 最終土～日曜日 21時～6時 7時～12時				
10代・20代の女性のためのLINE相談	10～20代の 女性	月・水・木・金・土曜日 第1部 14時～18時 第2部 18時30分 ～22時30分		—	—	—