

野田大臣から18歳以下のみなさんへのメッセージ

こんには。孤独・孤立対策担当大臣の野田聖子です。

悩みを誰にも相談しないで、ひとりで苦しい気持ちをかかえこんでいませんか。自分だけでなんとかしようと、もがいていませんか。

私たちはみんな、誰かに助けられたり助けたり、ささえあうことで、つらいときを乗り越えることができます。

悩みがあつてつらいときに、よりそってくれる人や一緒に考えてくれる人は、きつといるはずです。親、先生、友達、地域の人など、信頼できる周りの人に、まず相談してみてください。

それでも、周りには頼れる人がいない、誰も助けてくれない、ということがあるかもしれません。

そう思うときは、このウェブサイトで紹介している相談先の方々に、みなさんの悩みを話してみてください。このウェブサイトには、みなさんの気持ちを受け止めて、ささえってくれる人がいます。

いま、みなさんが苦しい気持ちをかかえていても、解決方法を見つけられたり、少し見方を変えると今まで気がつかなかったことが見えてきたりして、気持ちが和らぐことがあります。

あなたはひとりじゃない。どうか、ひとりでかかえこまずに、まず誰かに相談してみてください。

孤独・孤立対策担当大臣 野田 聖子

誰
か
が
い
る

話
し
た
い

今
、

Nogizaka46



学校でのいじめに悩んだら、心配な友達がいいたら、
いつでも話を聞きましょう

通話料無料になりました

24時間子供SOSダイヤル

なやみいおう
☎ 0120-0-78310

各教育委員会等によって運営されている、全国共通のダイヤルです。

以下の相談ダイヤルも開設しております。状況に応じて活用してください。

児童虐待かもと思ったら

☎ 189番

(児童相談所全国共通ダイヤル)

子どもの人権110番

☎ 0120-007-110

(通話料無料、法務局職員または
人権擁護委員による相談窓口)

各都道府県警察本部に
よる少年相談窓口

(右のQRコードから近くの
窓口を調べられます)



児童生徒の主な相談窓口一覧

別添4

相談窓口名称	所管等	電話番号	受付	概要
24時間子供SOS ダイヤル	文部科学省	(なやみいおう) 0120-0-78310	24時間 年中無休	子供たちが24時間いじめ等の悩みを相談できる、全国統一ダイヤル。
子どもの人権110番	法務省	0120-007-110	平日8:30～17:15	いじめ・体罰等の人権問題について、子供や周囲の大人が法務局職員・人権擁護委員に相談できる電話窓口。
いのちの電話	一般社団法人 日本いのちの電話連盟	0570-783-556	毎日10:00～22:00	相談員に電話・メールで悩みを相談できる窓口。
		0120-783-556	毎日16:00～21:00 毎月10日8時～翌日8時	
チャイルドライン	NPO法人 チャイルドライン支援センター	0120-99-7777	毎日16:00～21:00 (12/29～1/3除く)	18歳までの子供が電話・チャットで悩みを相談できる窓口。
よりそいホットライン	一般社団法人 社会的包摂サポートセンター	0120-279-338	24時間	相談員に電話・SNS等で悩みを相談できる窓口。
都道府県警察の 少年相談窓口	各都道府県警察	都道府県ごと (https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html)	都道府県ごと	いじめ・犯罪等の被害に悩む子供やその家族が警察に相談できる窓口。
児童相談所虐待 対応ダイヤル「189」	厚生労働省	189 (いちはやく)	24時間 年中無休	虐待の疑いがある時などに、児童相談所に通告・相談できる全国統一ダイヤル。