

相談窓口等についてのお知らせ

(中学校卒業後も含む)

みなさんが利用できる相談窓口等について、お知らせします。

電子メールやFAX、電話による相談窓口は、次の表のとおりです。もし、いじめや友だち関係、学校生活、家庭生活、中学校卒業後の進路や就職などについて悩みがあるときは、あなたにとって一番相談しやすい方法を活用してください。

LINEによる相談窓口※1	毎週火・木曜日 夕方5時～夜9時 ※今年度は3月26日まで	
いじめSOS通報	メールアドレス： gaibutsuuhou@yodo-law.com FAX：06-6223-5170	
【全国共通】 24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310 (なやみいおう)	一部のIP電話からはつながりません。
【全国共通】 チャイルドライン	0120-99-7777	毎日(祝日・年末年始は除く) 午後4時～午後9時
【全国共通】 こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	月～金曜(祝日・年末年始は除く) 午前10時～午後5時
【大阪市中央こども相談センター】 こども専用電話教育相談 保護者専用電話教育相談	06-4301-3140 06-4301-3141	月～金曜(祝日・年末年始は除く) 午前9時～午後7時
【大阪法務局】 子どもの人権110番	0120-007-110	月～金曜(祝日・年末年始は除く) 午前8時30分～午後5時15分 一部のIP電話からはつながりません。
【大阪弁護士会】 子どもの人権110番!	06-6364-6251	水曜 午後3時～午後5時 第2木曜 午後6時～午後8時 (祝日・年末年始は除く)
【子ども情報研究センター】 子ども家庭相談室 電話相談	子ども用 0120-928-704 保護者用 06-4394-8754	月・火・木曜(祝日は除く) 午前10時～午後8時
【大阪市こころの健康センター】 こころの悩み電話相談	06-6923-0936	月～金曜(祝日・年末年始は除く) 午前9時30分～午後5時
【大阪市こころの健康センター】 ひきこもり相談員による電話相談	06-6923-0090	月～金曜(祝日・年末年始は除く) 午前10時～午後5時
【大阪市こころの健康センター】 ひきこもりLINE相談	 QRコードを読み取り、 お友達登録のうえご利用 ください。	水曜 午後6時～午後10時 土曜 午後0時～午後4時 (受付は各終了時間の30分前まで)
【大阪市こころの健康センター】 依存症相談員による電話相談	06-6922-3475	月～金曜(祝日・年末年始は除く) 午前9時～午後5時30分
【大阪府・大阪市共通】 LINE相談(大阪依存症ほっとライン)	 QRコードを読み取り、 お友達登録のうえご利用 ください。	水・土・日曜 午後5時30分～午後10時30分 (受付は終了時間の30分前まで)

※1 LINEによる相談窓口については、相談受付対象が大阪市立学校に通う小中学生となっています。

【裏面⇒】

コネクションズ
おおさか制作
リアルな社会の歩き方
【電子書籍】



左記 QR コードのリンク先（大阪市ホームページ「困ったときは、一人で抱え込まずにお助けどころに相談しよう！」）にて電子書籍「リアルな社会の歩き方」がご覧いただけます。

<https://www.city.osaka.lg.jp/kodomo/page/0000523538.html>

これからの人生で何か困ったことがおきるかもしれません。

家族や友達にも相談できない、自分だけでは解決できない…。

そんなときは、お助けどころに相談しましょう。

「リアルな社会の歩き方」では、大阪のお助けどころを紹介しています。

【「リアルな社会の歩き方」掲載項目】

- お金のこと困った！
- 家族のこと困った！
- 福祉のこと相談したい
- 健康のこと相談したい！
- こんなお助けどころもある！
- 仕事のこと相談したい！
- 進路のこと迷ったら
- 働くことが不安になったら など