

# ひとりで悩んでいませんか？

# あなたのための 相談窓口一覧

日々生活していると、いろいろな悩みごとができて、不安に思ったりすることがありますね。親や先生、友達など、身近な人に相談できないこともあるかもしれません。そんな時は、ここにある窓口であなたのお話を聞いてもらえます。困った時はためらわず、安心して相談してみてください。きっとあなたの心が軽くなるはずです。

主な相談内容	相談窓口	電話番号	備考
いじめ（インターネットによるいじめを含む）、学校生活、家庭生活（ヤングケアラーを含む）、心や体の健康等に関する悩みごと	いじめ相談ダイヤル24	0120-0-78310 <small>なやみおう</small> 【無料】	24時間毎日受付
	SNS 相談「ほっとえひめ」		SNS (LINE) による相談 (中学生・高校生対象) 毎週火・木曜日 18:30~21:30 ※ 学校で配布されるチラシの二次元コードから登録
	愛媛県総合教育センター	089-963-3986	月～金曜日 8:30～17:15 (祝祭日・年末年始を除く) ※ 電話予約をすれば、教育センターで面談もできます
	チャイルドライン	0120-99-7777 【無料】	毎日受付 16:00～21:00
	愛媛いのちの電話	089-958-1111	毎日 12:00～24:00
	子どもの人権110番 (松山地方法務局)	0120-007-110 【無料】	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
虐待、家庭生活での悩みごと	児童相談所虐待対応ダイヤル	<small>いちばやく</small> 189 【無料】	24時間毎日受付 ※ 県下全域が対象
非行に関すること	愛媛県警察本部	#9110	24時間毎日受付
小学生から高校生までの体や心の悩みごと	思春期精神保健相談 (愛媛県心と体の健康センター)	089-911-3880	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く) ※ 面接での相談は予約が必要です
体を触られた、性的関係を強要された、道で付きまとわれた等、性的な被害(インターネットにおけるものも含む)	「ひめここ」 (えひめ性暴力被害者支援センター)	089-909-8851 <small>はやくワンストップ</small> #8891 【無料】	24時間毎日受付
オンラインゲームの課金、品物の購入や販売に関するトラブル等(ネットショッピングを含む)	愛媛県消費生活センター	089-925-3700 <small>いっや</small> 188 【無料】	月・火・木・金曜日 9:00～17:00 水曜日 9:00～19:00



「相談してよかった」という人がいっぱいおるけん！困ったことがあったら、迷わず電話をかけてみてや！

