

虐待が心配 虐待かもしれない・心配な子どもがいる



おすすめの相談窓口		方法	WEB
全国	児童相談所虐待対応ダイヤル (189) 虐待かも?と思ったら、すぐにお電話ください (24時間対応) ☎ 189	 	



～ ひとりで抱えこまず、相談してください ～

困った時、つらい時は、いつでもご相談ください。

あなたとご家族の味方です。



むかいだ小児科



☎ 089-985-0115

〒791-3141

愛媛県伊予郡松前町恵久美792-1



ひとりで 悩まないで

子ども・保護者のための相談窓口



困ったとき、つらいときは、
一人で抱え込まないことが大切です。
相談することは、自分や大切な人を守るための第一歩です。

どこに相談したらいいか迷ったら

さまざまな相談方法と窓口

おすすめの相談窓口	方法	WEB
全国 まもろうよところ (厚生労働省) 悩みや不安を抱えて困っているときには、気軽に相談できる場所があります。いろいろな相談方法があるので、ご希望の窓口を選んで話してみませんか？	   	
愛媛県 不登校・子育て・子どもの発達等に関する相談窓口 (愛媛県教育委員会 SNS相談) 不登校・いじめ・学校生活・発達・保護者からの相談など ☎ 089-909-7426	 	

話を聞いてほしい 気持ちを受け止めてほしい



おすすめの相談窓口	方法	WEB
全国 チャイルドライン 18歳までの子ども専用の電話・チャット相談 ☎ 0120-99-7777	   	
全国 あなたのいばしょ どんな気持ちも、安心して話せる場所 (24時間対応)	 	

学校に行きづらい 不登校・学校生活・友人関係



おすすめの相談窓口	方法	WEB
全国 24時間子供SOSダイヤル (文部科学省) いじめ・不登校・学校生活・友人関係などの悩み ☎ 0120-078-310		
愛媛県 ほっとえひめ (愛媛県教育委員会 SNS相談) いじめ・不登校・友人関係・心の悩みなどを中高生がSNSで相談できます		
愛媛県 愛媛県総合教育センター (メタサポセンター) 不登校・いじめ・学校生活・発達・保護者からの相談など ☎ 089-909-7426 来所		

家庭の悩み 親子関係・子育て



おすすめの相談窓口	方法	WEB
全国 親子のための相談LINE (こども家庭庁) 親子関係・家庭・子育ての悩みなどを相談できます		
愛媛県 各市町の家庭児童相談窓口について 子育ての相談、ひきこもり、不登校、いじめ、児童虐待など		

SNS・犯罪・非行 ネットで困っている



おすすめの相談窓口	方法	WEB
愛媛県 愛媛県警 少年サポートセンター 「ひめさほ」 SNSトラブル・犯罪被害・いじめ・非行などの相談 ☎ 089-934-0110		

SOS信号 いじめ、ハラスメント、虐待、差別など

おすすめの相談窓口	方法	WEB
全国 こどもの人権110番 (法務局) いじめ、体罰、暴言、虐待など、こどもの発するSOS信号を解決に導くための相談を受け付け こどもに関する悩みをお持ちの大人も利用可能 ☎ 0120-007-110		

心がつらい 死にたい・消えたい・孤独を感じる



おすすめの相談窓口	方法	WEB
全国 あなたのいばしょ 年齢や性別を問わず、どんな気持ちも相談できます (24時間対応)		
全国 生きづらびっと (ライフリンク) 「死にたい」「消えたい」などのつらい気持ちを相談できます		
全国 こころのほっとチャット 心の悩みや不安、ストレスなどを相談できます		
愛媛県 こころといのちのほっとダイヤル 心の健康・自殺予防に関する電話相談 ☎ 0120-188-556		
愛媛県 こころといのちのLINE相談 心の健康・自殺予防に関するLINE相談		