

みんなの三カタ★通信

2024 年
秋号

UBE 宇部市
未来を彫刻するまち

発行：宇部市教育委員会
教育支援課 TEL:34-8630



暑さもやっと落ち着いて、過ごしやすい季節だね。みんなはどう過ごしてるかな？

この通信では、みなさんが困った時、悩んだ時に気軽に相談できる相談先を紹介するよ。

まだまだ暑い日もあるので体調に気をつけて、いろんな行事に参加して楽しい2学期を過ごしてね！

もちろん、先生やまわりの大人はみんなのミカタだよ！

ひとりで悩まず
相談しよう！



今回は、いつも学校から配られている相談カードについて紹介するよ。

24時間いつでも電話やメールで相談できるところもあるよ！

この通信はいつでも何度でも見ることができるから、悩んだり気持ちが沈んだりすることがあったら見返してね。誰かに話すと気持ちが楽になることもあるよ♪

ただし、いたずら電話は、絶対にしないでね。

電話相談カード 山口県

18さいまでの子どもがかけると
チャイルドライン
0120-99-7777
まいにち こご4時からこご9時まで
チャットでもつながるよ
チャイルドラインで検索してね

びっくりかえすと
でんわばんごうが
のっています



山口県

つながるやまぐちSNS相談

24時間365日対応

家庭や親子関係の悩み
などを、ラインで相談
できるよ。QRコードから
友だち追加してね！



どこへ電話すれば
よいかわからないときは、
山口県子ども家庭課 まで

083 (922) 7830

(ココロニココ ナカミゼロ)

月～金 8:30～17:15

(土・日、祝日、年末年始は休み)

令和6年度青少年に関する相談窓口

相談の相談先ですか？	相談の名称と電話番号	相談できる日時
家事や家族の世帯 などに関する悩み	ヤングケアラー専門相談窓口 0120(85)1177	毎日24時間対応
子どもの悩み 虐待のこと	児童虐待支援センター 0835(26)1152(海 5) 0836(65)1188(海 5) 083(25)08721(祝 5) 0834(25)0605(おけっ) 0827(28)5516(ほるか)	毎日24時間対応
非行問題や学校・ 家庭・友達・ネット に関する悩み	ヤングテレホン・やまぐち 083(933)0110	月～金 8:30～17:15 (土・日、祝日、年末年始は休み)
いじめで悩んでいる 不安や悩みがある	24時間子どもSOSダイヤル 0120(0)78310	毎日24時間対応 (フリーダイヤル)
発達・ネット・友達 関係など、学校生活 や家庭生活のこと	ふれあい総合テレホン 083(987)1240	月～金 8:30～17:00 (土・日、祝日、年末年始は休み)
思春期の からだのこと	思春期ほっとダイヤル 0835(24)1140	毎日 9:30～16:00 (祝日、年末年始は休み)
心の問題について	心の健康電話相談 083(901)1556	月～金 9:00～11:30 13:00～16:30 (土・日、祝日、年末年始は休み)

子どもSOS相談カード やまぐち総合教育支援センター

いじめて困ったときや
ふあん なや
不安や悩みがあったときなどは

ひとりで悩まず、すぐ相談！

24時間子どもSOSダイヤル

なやみいおう

0120-0-78310

わたしたちは、いつでもあなたの味方です

【やまぐち総合教育支援センター】

その他、相談できるところ

子どもと親のサポートセンター ふれあい教育センター

ふれあい総合テレホン **083-987-1240**

ふれあいメール **soudan@g.ysn21.jp**

山口地方法務局

子どもの人権110番 **0120-007-110**

山口県警察本部

083-933-0110 ※音声ガイダンスに従ってください