

# じぶん たいせつ そうだん 自分のことを大切にするための相談

なや はな  
一悩みがあったら、話してみようー

	相談場所	電話やメールなど	その他
子供の相談先(こどもむけ)	24時間子供SOSダイヤル(文部科学省)	☎0120-0-78310	毎日24時間受付
	子どもスマイルネット(埼玉県)	☎048-822-7007	毎日10:30~18:00
	子どもの人権110番(さいたま地方務局)	☎0120-007-110 上の番号を使えない時 048-859-3515 ✉ <a href="https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html">https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html</a>	平日8:30~17:15
	よい子の電話教育相談(埼玉県立総合教育センター)	☎#7300または0120-86-3192 ✉soudan@spec.ed.jp	埼玉県の18歳まで 毎日24時間受付
	チャイルドライン(NPOチャイルドライン支援センター)	☎0120-99-7777 チャットでの相談も可 → 	毎日16:00~21:00
	子ども弁護士ホットライン(埼玉弁護士会)	☎048-837-8668	毎週火・木曜 15:00~18:00
	いのちのオンライン相談窓口(上尾市)	Web: <a href="https://www.city.ageo.lg.jp/page/030120080101.html#line">https://www.city.ageo.lg.jp/page/030120080101.html#line</a> LINE: soudan1@ageokenko1 LINE 二次元コード → 	Web: 毎日24時間受付 日中: 毎週火曜 15:00~17:00 夜間: 第1火曜 21:45~22:45
人間関係・家族など	With You さいたま(埼玉県)	☎048-600-3800 インターネット相談は24時間受付	月~土 10:00~20:30 第3木曜は除く
	埼玉県こころの電話(埼玉県)	☎048-723-1447	平日9:00~17:00
	埼玉県ひきこもり相談サポートセンター(埼玉県)	☎048-971-5613(オンライン相談あり) ✉center@k-largo.org	月、水~土 10:00~18:00
	子ども家庭総合支援センター(上尾市)	☎048-783-4964	平日8:30~17:00
	上尾市男女共同参画推進センター	☎048-778-5110	平日10:00~12:00, 13:00~16:00
人権	みんなの人権110番(さいたま地方務局)	☎0570-003-110 上の番号を使えない時 048-859-3507	平日8:30~17:15
	人権相談(上尾市)	☎048-775-5117(事務局)	毎月最終水曜 10:00~12:00 13:00~15:00
外国語相談	外国語人権相談ダイヤル(法務省) ※ 外国語で相談できます	☎0570-090911 英語、中国語、韓国語、ネパール語、スペイン語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語、インドネシア語、タイ語	平日9:00~17:00 インターネット窓口あり
	外国人総合相談センター埼玉(埼玉県) ※ 外国語で相談できます	☎048-833-3296 英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語、韓国語・朝鮮語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語、ロシア語、ウクライナ語	平日9:00~16:00
性・その他	にじいろ県民相談(埼玉県)	☎0570-022-282 LINEでの相談も可 →  LINE: <a href="https://lin.ee/2f90PQMd">https://lin.ee/2f90PQMd</a>	毎週土曜 18:00~21:30
	ティーンズ電話相談(埼玉県看護協会)	☎048-548-8800	毎週土曜 10:00~12:00 13:00~16:00
	よりそいホットライン(社会的包摂サポートセンター)	☎0120-279-338	毎日24時間受付

上の内容についてのお問い合わせ

TEL 048-776-7600  
FAX 048-776-7604



上尾市教育センター

問合せ対応時間

平日 10:00~12:00  
13:00~17:00