

# 主な相談窓口（中学生）

## ◆旭川市子どもSOS電話相談（いじめ・不登校）

<電話番号> 0120-126-744（いじめなしよ）

<受付時間> 平日 8:45~17:15（祝日、年末年始を除く）

## ◆旭川市子ども総合相談センター

<電話番号>

代表 0166-26-5500

子どもホットライン 0120-528506（こんにちはコール）

<受付時間>

月・木 8:45~20:00 火・水・金 8:45~17:15

## ◆子どもの人権110番（旭川地方法務局）

<電話番号>

0120-007-110（ゼロゼロなのひゃくとおばん）

<受付時間>

平日 8:30~17:15

## ◆旭川法務少年支援センター（旭川少年鑑別所）

<電話番号>

0166-31-5511

<受付時間>

平日 9:00~17:00

## ◆法テラス旭川

<電話番号>

050-3383-5566

<受付時間>

平日 9:00~17:00

## ◆上川教育局教育相談電話

<電話番号>

0166-46-5243

<受付時間>

平日 8:45~17:30

## ◆子ども相談支援センター（北海道教育委員会）

<電話番号>

0120-3882-56

0120-0-78310（24時間子供SOSダイヤル）

<受付時間>

毎日24時間

<メール相談>

sodan-center@hokkaido-c.ed.jp

## ◆北海道こころの健康SNS相談窓口（北海道保健福祉部）

<受付時間>

平日、土曜日、祝日 18:00~22:00

日曜日 18:00~翌朝6:00



## ◆おなやみポスト（北海道教育委員会）

<Webサイト>

<https://www2.pref.hokkaido.lg.jp/hk/ssa/kodomo-sos/>



◆児童相談所虐待対応ダイヤル「189」（北海道保健福祉部）

<電話番号> 189（いちはやく） <受付時間> 毎日24時間

◆チャイルドラインほっかいどう（認定NPO法人チャイルドライン支援センター）

<電話番号> 0120-99-7777 <受付時間> 毎日16:00~21:00（12/29~1/3除く）

◆少年サポートセンター「少年相談110番」（北海道警察）

<電話番号> 0120-677-110 <受付時間> 平日 8:45~17:30

◆性暴力被害者支援センター北海道【SACRACH さくらこ】（北海道 札幌市）

<電話番号> 050-3786-0799 または #8891  
<受付時間> 平日10:00~20:00（土日祝 12/29~1/3除く） <メール相談> sacrach20191101@leaf.ocn.ne.jp

◆こころの電話相談（北海道立精神保健福祉センター）

<電話番号> 0570-064-556  
<受付時間> 平日9:00~21:00 土日祝10:00~16:00

◆北海道いのちの電話（社会福祉法人北海道いのちの電話）

<電話番号> 011-231-4343 <受付時間> 毎日24時間

◆北海道ヤングケアラー相談サポートセンター（北海道保健福祉部）

<電話番号> 0120-516-086（電話） <受付時間> 平日8:45~17:30  
<メール等> hokkaido.young.carer2022@gmail.com（メール相談） 080-9612-1247（SMS専用）  
facebook.com/ebetsu.carers（Facebook） @youngcarer2022（X:旧Twitter）

◆ほっかいどう子どもライン相談<中学生・高校生対象>（北海道教育委員会）

<アカウント名> 令和5年度ほっかいどう子どもライン相談  
<受付時間> 17:00~22:00  
<相談受付スケジュール> 2024年1月 8日~1月31日 ※この期間は毎日対応しています



◆ほっかいどう親子のための相談LINE（北海道保健福祉部）

<受付時間> 平日9:00~17:00

