

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
—悩みがあったら、話してみよう—

	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 ✉ https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html	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
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	平日 9:00~16:00
性・その他	セクシュアル・マイノリティ電話法律相談 (東京弁護士会)	☎03-3581-5515	毎月第2・第4木曜 17:00~19:00
	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
わからないことがあったら

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