

悩みごとの相談窓口

主な相談窓口（北海道）

名称	所管等	電話番号	受付	概要
子ども相談支援センター (24時間子供SOSダイヤル) (メール相談)	北海道教育委員会 (文部科学省)	0120-3882-56 (0120-0-78310) doken-sodan@hokkaido-c.ed.jp	毎日24時間対応	いじめ、不登校、友人関係、親子関係、LGBT、性被害、家庭の事情で自分の時間がとれないなど、様々な悩みを相談できます。
児童相談所虐待対応ダイヤル「189」	北海道保健福祉部 (厚生労働省)	189 (いちはやく)	毎日24時間対応	虐待の疑いがあるなど、虐待に関する悩みを児童相談所に通告・相談できます。
少年サポートセンター 「少年相談110番」	北海道警察	0120-677-110	平日8:45～17:30	いじめ・犯罪等の被害に悩む子どもやその家族が警察に相談できます。
子どもの人権110番	法務省	0120-007-110	平日8:30～17:15	いじめ・体罰等について、法務局職員・人権擁護委員に相談できます。
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	0120-99-7777	毎日16:00～21:00 (12/29～1/3除く)	18歳までの子どもが電話・チャットで悩みを相談できます。
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	050-3786-0799 または # 8891 sacrach20191101@leaf.ocn.ne.jp	平日10:00～20:00 (土日祝、12/29～1/3除く)	子どもや大人が性暴力の被害について相談できます。
こころの電話相談	北海道立精神保健福祉センター	0570-064-556	平日9:00～21:00 土日祝10:00～16:00	様々な悩みを相談できます。
北海道いのちの電話	社会福祉法人 北海道いのちの電話	011-231-4343	毎日24時間対応	様々な悩みを相談できます。
北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター	北海道総合政策部	0120-501-507	毎日24時間対応	新型コロナウイルス感染症について相談できます。

