

## 総合相談窓口

- **長野県子ども支援センター**  
(長野県県民文化部こども・家庭課)  
子ども専用無料電話 0800-800-8035  
大人専用 026-225-9330  
子どもに関する相談全般にしています。〔月~土 10:00~18:00〕

## 学校教育、いじめ、不登校など

- **学校生活相談センター** (24時間子ども SOSダイヤル)  
(長野県教育委員会心の支援課)  
0120-0-78310 〔24時間〕  
いじめや不登校など学校生活に関わる相談にしています。
- **電話教育相談**  
長野県総合教育センター 0263-53-8811  
東信教育事務所 0267-24-5570  
南信教育事務所 0265-72-4647  
飯田事務所 0265-53-0462  
中信教育事務所 0263-47-7830  
北信教育事務所 026-232-7830  
〔いずれも 平日 9:00~17:00〕  
学校生活や不登校など、教育上のあらゆる問題について、保護者や児童生徒からの相談にしています。

## 養育上の悩みや非行・虐待など児童の福祉

- 法律により、虐待を受けたと思われる児童を発見した人は、市町村・福祉事務所または児童相談所へ通告することになっています。
- 中央児童相談所 026-238-8010
  - 松本児童相談所 0263-91-3370
  - 飯田児童相談所 0265-25-8300
  - 諏訪児童相談所 0266-52-0056
  - 佐久児童相談所 0267-67-3437
- 〔いずれも 平日 8:30~17:15〕  
児童福祉司や児童心理司などの専門職員が、18歳未満の子どもの関する様々な相談にしています。

- **長野県児童虐待・DV24時間ホットライン**  
(長野県県民文化部こども・家庭課)  
026-219-2413  
児童虐待・DV(配偶者間暴力)に関する緊急の相談や通告、通報にしています。〔24時間〕

- **児童相談所全国共通ダイヤル** いちばやく 189  
虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。〔24時間〕

- **長野県性暴力被害者支援センター**  
「りんどうハートながの」  
(長野県県民文化部人権・男女共同参画課)  
026-235-7123 〔24時間〕  
性暴力被害にあわれた方を支援するための相談窓口です。

- **性犯罪被害相談ダイヤル #8103** 〔24時間〕  
性犯罪に関する被害の相談ができる全国共通ダイヤルです。

## 子どもの非行などの問題行動

- **ヤングテレホン**  
警察本部 026-232-4970  
長野中央警察署 026-241-0783  
松本警察署 0263-25-0783  
上田警察署 0268-23-0783  
伊那警察署 0265-77-0783

〔いずれも 月~金 8:30~17:15〕  
少年相談専門職員や警察官が、子どもの非行、いじめや犯罪の被害に関する相談にしています。

- **警察安全相談(警察本部地域安全推進係)**  
026-233-9110 または #9110  
犯罪等による被害の未然防止、DV(配偶者間暴力)、ストーカー被害等に関する相談にしています。〔24時間〕

- **法務少年支援センター長野**  
**善光寺下の青少年心理相談室**  
(長野少年鑑別所) 026-237-1123  
非行問題を扱う専門機関として、臨床心理の専門家などが相談にしています。〔月~金 9:00~17:00〕

## 人権の問題

- **子どもの人権110番(長野地方法務局)**  
0120-007-110  
人権擁護委員などが、子どもの人権に関わる様々な相談にしています。〔平日 8:30~17:15〕

## 心の健康

- **長野県精神保健福祉センター**  
(発達障がい者支援センター・ひきこもり支援センター)  
026-227-1810  
〔平日 8:30~17:15〕  
思春期の精神保健に関わる相談、発達障がいやひきこもり等に関わる相談にしています。

## 思春期の子どもの発育・発達や健康

- **思春期相談**  
(県内の全保健福祉事務所・市福祉事務所)  
医師、保健師、臨床心理の専門家などが心や体の健康相談にしています。〔平日 8:30~17:15〕

## 民間団体が実施している電話相談

- **チャイルドラインフリーダイヤル**  
(長野県チャイルドライン推進協議会) 0120-99-7777  
〔毎日 16:00~21:00〕  
子どもの声に耳をかたむけ、その心を受け止める18歳までの子どもの相談にしています。
- **子育てひといきホットライン**  
(ながの子どもを虐待から守る会) 026-268-0008  
〔火・木 10:00~14:00 土 10:00~12:00〕  
子どもを虐待から守る、虐待をしないための相談にしています。
- **いのちの電話(社会福祉法人長野いのちの電話)**  
長野いのちの電話 026-223-4343  
松本いのちの電話 0263-29-1414  
〔毎日 11:00~22:00〕  
誰にも相談できずに苦しんでいる人の悩みにしています。
- **犯罪被害者支援ダイヤル(法テラス)**  
0570-079714(全国共通)  
〔平日 9:00~21:00 土曜日 9:00~17:00 ※祝日を除く〕  
虐待を受けている子どもからの相談申し込みにも弁護士が応じます。

