

令和4年度

子ども・若者相談先一覧

P1~2
総合

P2~3
教育

P3~5
福祉

P5
保健

P6~7
精神保健
非行防止
矯正・更生保護

P7~8
雇用

P8~11
その他

P12~14
SNS相談



盛岡市子ども未来部 子ども青少年課

P1 総合

1)相談内容 2)対象 3)メール相談	相談機関・住所		電話番号	相談日時 年 年未年始、 祝日除く。
1) 青少年相談（概ね 30 歳位までの子ども・若者の相談） 2) 本人、家族、支援機関等	市	子ども青少年課 （神明町 3-29 保健所 4 階）	019-613-8354	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 家庭相談 （子どもの養育などの 悩み、虐待の通告等） 2) 18歳未満の子どもに関 わる方等	市	子ども家庭総合 支援センター （神明町 3-29 保健所 1 階）	019-601-2414	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 妊娠や出産、子育てに 関すること 2) 妊娠・出産・子育て期 の世帯	市 子ども未来 ステーション	子育て世代包括 支援センター （神明町 3-29 保健所 1 階）	019-613-2696	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 青少年に関すること （青少年の悩みや青少年 活動等に関する相談： 電話、面談、メール） 2) 青少年（40 歳未満） やその家族 3) メール相談 nayami@aiina.jp	県 子ども・若者 総合相談 窓口	青少年活動交流セ ンター「青少年な やみ相談室」 （盛岡駅西通 1-7-1 アイーナ6階）	019-606-1722	火・水・金・土・ 日曜日 9:00～16:00 月・木曜日 9:00～20:00 （年未年始、年 2 回の館内点検日を 除く） ※面談は要予約
1) ひきこもり 2) 青年期から成人	県 子ども・若者 総合相談 窓口	岩手県ひきこもり 支援センター （岩手県精神保健 福祉センター） （本町通 3-19-1）	019-629-9617	月～金曜日 年 9:00～16:30 ※要予約
1) 人権一般 2) 全般 3) メール相談 QRコードから→ (http://www.jinken.go.jp/)	国	みんなの人権 110 番 盛岡地方法務局人権擁護課 （盛岡駅西通 1-9-15 盛 岡第二合同庁舎 4 階）	0570-003-110	月～金曜日 年 8:30～17:15

<p>1) いじめ、教師等による不適切指導、虐待等の親子関係、親の離婚、親権の帰属、別居親との面会交流、交通事故・犯罪行為による被害、非行・触法、その他法律全般</p> <p>2) 18歳未満は無料法律相談制度あり。一般相談は原則有料（法テラスによる無料扶助相談制度あり）</p>	民間	<p>岩手弁護士会 法律相談センター (大通1-2-1 岩手産業会館本館2階)</p>	<p>019-623-5005</p>	<p>◎子どもの無料相談 月～金曜日 年 9:00～17:00 (電話受付後、担当弁護士から折り返し連絡し、相談日時を決める)</p> <p>◎一般相談 ・月～土曜日 年 10:00～15:00 ・水曜のみ 16:00～19:00 も</p>
<p>1) 生活上の困りごと全般</p> <p>2) どなたでも</p> <p>3) メール相談 info@morioka-shakyo.or.jp</p>	民間	<p>まるごとよりそいネットワークもりおか 盛岡市社会福祉協議会 (若園町2-2)</p>	<p>019-651-1000</p>	<p>月～金曜日 年 8:30～17:00</p>

P2 教育

<p>1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談</p>	相談機関・住所	電話番号	<p>相談日時 年 年末年始、祝日除く。</p>
<p>1) 児童生徒の不登校や学習の悩み、非行、しつけなど</p> <p>2) 児童・生徒、保護者</p> <p>3) メール相談 (児童生徒専用) Edu.soudan@city.morioka.iwate.jp</p>	市 教育相談室 (市役所本館5階)	019-651-7830	<p>月～金曜日 年 9:30～17:00</p>
<p>1) いじめ問題やその他の子どものSOS全般に関わる相談</p> <p>2) 児童・生徒、保護者</p> <p>3) メール相談 fureai@pref.iwate.jp</p>	県 全国共通 24時間 子供 SOS ダイヤル 岩手県教育委員会	<p>0120-0-78310</p> <p>019-623-7830</p>	<p>365日・24時間対応</p>

<p>1)・不登校やいじめ、友だち関係等の学校生活に関すること ・家庭での養育、しつけに関すること</p> <p>2) 児童・生徒、保護者</p>	県	<p>「ふれあい電話」 岩手県立総合教育センター (花巻市北湯口 2-82-1)</p>	<p>0198-27-2331</p>	<p>月～金曜日 <input type="checkbox"/>年</p> <p>電話相談 9:00～17:00</p>
<p>1)・学習の遅れや発音、見え方、聞こえ方、行動面等、発達に関すること ・家庭での養育、しつけに関すること</p> <p>2) 児童・生徒、保護者</p>		<p>「コスモスダイヤル」 岩手県立総合教育センター (花巻市北湯口 2-82-1)</p>	<p>0198-27-2473</p>	<p>来所相談 9:30～16:00 ※来所相談は要予約</p>
<p>1) 子育てについての悩みや不安に思っていることなど</p> <p>2) 子育て中の保護者や家族、または児童・生徒・青少年(本人)等</p> <p>3) <input type="checkbox"/>すこやかメール相談 kosodatem@pref.iwate.jp</p>	県	<p>子育て電話相談 「すこやかダイヤル」 岩手県立生涯学習推進センター (花巻市北湯口 2-82-13) ※来所相談(相談者本人が希望する場合可、要事前予約)</p>	<p>0198-27-2134 (FAX 兼用)</p>	<p>月～金曜日 <input type="checkbox"/>年</p> <p>電話相談 10:00～17:00 ※留守番電話・FAX、メールは24時間受付(返信にはお時間をいただく場合があります)</p>

P3 福祉

<p>1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談</p>	<p>相談機関・住所</p>	<p>電話番号</p>	<p>相談日時 <input type="checkbox"/>年 年末年始、祝日除く。</p>	
<p>1) 子育て相談 2) 就学前の子どもとその保護者</p>	市	<p>各地域子育て支援センター</p>		<p>月～金曜日 <input type="checkbox"/>年 9:00～16:00</p>
		<p>とりょう保育園 (肴町2-8)</p>	<p>019-651-8580</p>	
		<p>愛育園 (西松園2-8-1)</p>	<p>019-661-0678</p>	
		<p>前瀧保育園 (上厨川字杉原55)</p>	<p>019-601-1790</p>	

1) 子育て相談 2) 就学前の子どもと その保護者		なかのこども園 (東安庭 1-13-35)	019-681-0811	月～金曜日 <input type="text"/> 年 9:00～16:00
		好摩保育所 (好摩字野中 69-112)	019-682-2333	
		みたけ保育園 (青山 3-14-5)	019-646-6420	
		飯岡こども園 (下飯岡 8-99)	019-613-2611	
		津志田保育園 (三本柳 4-16-1)	019-656-9134	
1) 家庭相談 (子どもの養育などの悩み、虐待の通告等) 【再掲】 2) 18歳未満の子どもに関わる方等	市	子ども家庭総合支援センター (神明町 3-29 保健所 1階)	019-601-2414	月～金曜日 <input type="text"/> 年 8:30～17:30
1) 青少年相談 (概ね 30 歳位までの子ども・若者の相談) 【再掲】 2) 本人、家族、支援機関等	市	子ども青少年課 (神明町 3-29 保健所 4階)	019-613-8354	月～金曜日 <input type="text"/> 年 8:30～17:30
1) 女性相談 (DV、離婚問題等) 2) 18～64歳	市	子ども青少年課 (神明町 3-29 保健所 4階)	019-613-8354	月～金曜日 <input type="text"/> 年 8:30～17:30
1) 子ども一般 2) 全般 3) メール相談 QRコードから→ (http://www.jinken.go.jp/)	国	子どもの人権 110 番 盛岡地方法務局人権擁護課 (盛岡駅西通 1-9-15 盛岡第二合同庁舎 4階)	0120-007-110	月～金曜日 <input type="text"/> 年 8:30～17:15
1) 18歳未満の子どもの 子育てに関する相談 2) 18歳未満	県	岩手県福祉総合相談センター 児童相談第二課 (本町通 3-19-1)	019-629-9604	月～金曜日 <input type="text"/> 年 8:30～17:15
		子ども・家庭テレホン	019-652-4152	毎日 (年末年始除く) 月～日 9:00～21:40 祝日 9:00～17:45

1) 発達相談(子どもの発達に関する相談) 2) 就学前くらいまで	民間	盛岡ひまわり学園 (前九年 3-12-38)	019-646-3977	月～金曜日 年 9:00～17:00
1) 生活保護の相談 2) 自分が持っている資産、能力など全てを活用したうえでもなお生活に困窮している人	市	生活福祉第一・第二課 (内丸 3-46 市役所内丸分庁舎 3階)	019-626-7510	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 生活福祉資金の相談 2) 資金の種類ごとに貸付対象が異なります	民間	盛岡市 社会福祉協議会 (若園町 2-2 盛岡市総合福祉センター)	019-651-1001	月～金曜日 年 8:30～17:15

P5 保健

1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談	相談機関・住所	電話番号	相談日時 年 年末年始、祝日除く。
1) 妊娠や出産、子育て、女性の健康に関すること 2) 女性	市 母子健康課 (神明町 3-29)	019-654-0851 (ママの安心 テレホン 専用電話)	月～金曜日 年 9:00～16:00
1) 妊娠や出産、子育てに関すること 【再掲】 2) 妊娠・出産・子育て期の世帯	市 子育て世代包括 支援センター (神明町 3-29 保健所 1階)	019-613-2696	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 妊娠や出産、子育ての相談 (育児と乳幼児の心身の発達についての相談) 2) 保護者(就学前まで)	市 母子健康課 (神明町 3-29) 玉山総合事務所 健康福祉課 (渋民字泉田 360)	019-603-8303 019-603-8304 019-683-3869	月～金曜日 年 8:30～17:30 月～金曜日 年 8:30～17:00

P6 精神保健

1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談	相談機関・住所	電話番号	相談日時 年 年末年始、 祝日除く。
1) こころの相談 2) 心の病気等の心配な方	市 保健所健康増進課 (神明町3-29)	019-603-8309	月～金曜日 年 9:00～16:00
	市 玉山総合事務所 健康福祉課 (渋民字泉田360)	019-683-3869	
1) 発達障がいに関する 相談(発達障がいに関する 説明、関わり方、関係 機関の情報提供、就労、 生活に関する相談が可 能) 2) 岩手県に住んでいる発達 障がいがある方、家族、 関わる全ての方や機関	県 岩手県発達障がい者 支援センター “ウィズ” (紫波郡矢巾町 医大通2-1-3)	019-601-3203	月～金曜日 年 9:00～17:00 ※要予約
1) ひきこもり【再掲】 2) 青年期から成人	県 岩手県ひきこもり 支援センター (岩手県精神保健 福祉センター) (本町通3-19-1)	019-629-9617	月～金曜日 年 9:00～16:30 ※要予約
1) 日常生活における 心理的な悩み 2) 子どもから大人まで (本人・家族・関係者等)	民間 岩手大学こころの 相談センター (岩手大学人文社会 科学部上3-18-34)	019-621-6848 ※相談予約の電話は 平日 10:30～12:30	月～金曜日 10:00～17:00 ※要予約 ※祝日、お盆、年末年始 は休み

P6 非行防止/矯正・更生保護

1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談	相談機関・住所	電話番号	相談日時 年 年末年始、 祝日除く。
1) 少年の悩みや非行など 2) 20歳未満 3) <input type="checkbox"/> メール相談 shonensodan@city.morio ka.iwate.jp	市 少年センター (神明町3-29 保健所4階)	019-623-3516	月～金曜日 年 8:30～17:30 ・メール相談 24時間受付

1) 少年の悩み、非行、いじめなど 2) 20歳未満 3) メール相談 岩手県警察本部人身安全少年課ホームページ「相談窓口」から	県警	岩手県警察本部 人身安全少年課少年サポートセンター	019-651-7867	月～金曜日 <input type="text"/> 年 9:00～17:45
		警察本部8階 (内丸8-10)	0800-000-7867 (フリーダイヤル)	・メール相談は24時間受付、返信は翌日(平日)
1) 非行、犯罪などに関する相談・支援 2) 本人、家族のほか、非行及び犯罪の防止に関する機関・団体	国	法務少年支援センターいわて 月が丘相談室 (月が丘2-14-1)	019-647-2205 (相談専用)	月～金曜日 <input type="text"/> 年 9:00～16:30

P7 雇用

民間機関による相談は有料の場合があります。

1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談	相談機関・住所	電話番号	相談日時 <input type="text"/> 年 年末年始、祝日除く。
1) 働くことに踏み出せない若者及び就職氷河期世代の相談や居場所、ボランティア、職業体験等多様な自立に向けた支援プログラムの実施と就職後の定着支援を実施 2) 本人(若者は15歳から39歳、就職氷河期は40歳から概ね50歳)・家族 3) メール相談 もりおか若者サポートステーションホームページの相談メールフォームから	国市 もりおか若者サポートステーション (盛岡駅前通16-15 保科済生堂ビル3階)	019-625-8460	・月～金曜日 10:00～17:00 ・第2・4土曜 10:00～17:00 ・毎週火曜日 18:00～20:00 (第2・4金曜は電話対応のみ可) ※祝日、年末年始お盆は休み

<p>1) 若者の仕事・就職に関する相談（書類、面接対策なども含む）そのほか、各種セミナー等 ※来館のほかWeb、メールでの相談も可 2) 15歳～おおむね45歳までの方 ※保護者の相談も可 ※県外在住のU・Iターン希望者（年齢制限なし）も可 3) メール相談 ジョブカフェいわてのホームページから</p>	<p>県</p>	<p>ジョブカフェ いわて (菜園1-12-18 盛岡菜園センタービル5階) 相談予約受付 TEL:019-621-1171</p>	<p>019-621-1171</p>	<p>月・水・木・土 10:00～18:00 火・金曜のみ 10:00～19:00 (日曜は休み) 年</p>
<p>1) 発達障がいの方の就労相談 2) 本人(18歳以上)、保護者等 3) メール相談 info@npo-ipf.org</p>	<p>民間</p>	<p>特定非営利活動法人いわてパノラマ福祉館 (本宮1-9-12)</p>	<p>019-681-3971</p>	<p>月～金曜日 年 10:00～16:00 ※面談は要予約</p>
<p>1) 働く上での様々なトラブルについて 2) 労働者・事業主どちらからの相談でも可 (雇用・労働環境等について相談を希望する方)</p>	<p>国</p>	<p>岩手労働局総合労働相談コーナー (盛岡駅西通1-9-15 盛岡第2合同庁舎5階)</p>	<p>0120-980-783 (フリーダイヤル) 019-604-3002</p>	<p>月～金曜日 年 9:00～17:00</p>

P8 その他

民間機関による相談は有料の場合があります。

<p>1) 相談内容 2) 対象 3) メール相談</p>	<p>相談機関・住所</p>	<p>電話番号</p>	<p>相談日時 年 年末年始、祝日除く。</p>
<p>1) 仕事、お金、住まい等暮らし全般に関する相談 2) 本人及び本人に関わる人・機関 3) メール相談 ①http://morikura.iwate.jp ②info@morikura.iwate.jp</p>	<p>市 盛岡市くらしの相談支援室 (内丸3-46 市役所内丸分庁舎2階)</p>	<p>019-626-1215</p>	<p>月～金曜日 年 8:30～17:00 (相談時間 9:30～16:30) ※面談は要予約</p>





<p>1)不登校・ひきこもりの相談、居場所 2) どなたでも (本人、家族、支援者等)</p>	<p>民間 認定NPO法人 岩手県青少年自立 支援センター 「ポランの広場」 (松尾町 19-8 民商会館 3階)</p>	<p>TEL & FAX 019-605-8632</p>	<p>火・金・土曜日 10:00～16:00</p>
<p>1)ひきこもり支援（個別 相談、家庭訪問、家族 相談会、居場所活動） 2) 本人、家族 3) メール相談 yukiwari.renraku@gmail .com</p>	<p>民間 ひきこもり支援プ ラザ“ゆきわり” (青山 3-29-4 わっこの家 2階)</p>	<p>TEL 019-681-1026 FAX 019-681-1027</p>	<p>開所（月・土） 13:00～18:00 相談受付・居場 所利用 13:00～17:00 ※相談は要予約</p>
<p>1)暮らしの困りごと、 悩みを聞いてほしい方 2) 外国語による相談 3) DV、性暴力など女性 の相談 4) 性別の違和や同性愛な どに関わる相談 5) 死にたいほどつらい方 6) 10代 20代の女の子の 相談 ◎SNS相談あり (P12～14 参照)</p>	<p>国 「よりそいホット ライン」</p>	<p>0120-279-226 (フリーダイヤル)</p>	<p>年中無休 24時間 (通話料無料)</p>
<p>1)心の悩み 2) どなたでも 3) メール相談 盛岡いのちの電話ホームペ ージ「ネット相談」から</p>	<p>民間 盛岡いのちの電話</p>	<p>019-654-7575</p>	<p>月～土曜日 12:00～21:00 日曜日 12:00～18:00</p>

<p>1)子ども専用電話（悩み相談だけではなく、おしゃべりしたいだけでもかまいません。お気軽に） 2)18歳まで 3)チャット （下記サイトから） https://childline.or.jp/chat/</p> <p>◎SNS相談あり （P12～14参照）</p>	<p>民間</p>	<p>チャイルドライン</p>	<p>0120-99-7777 （フリーダイヤル）</p>	<p>・電話は毎日 16:00～21:00 ・チャットは原則 木・金・土曜日 第1・第3水曜 16:00～21:00 （左記サイトでご 確認ください）</p> <p>※12/29～1/3は どちらも休み</p>
<p>1)女性相談 生き方・夫婦・交際相手・家族・仕事の悩み等 2)女性</p>	<p>市</p>	<p>もりおか女性 センター （中ノ橋通1-1-10 プラザおでって 5階）</p>	<p>019-604-3304</p>	<p>・月火金曜 <input type="checkbox"/>年 （毎月第2火曜日を除く） 10:00～17:00 ・水木曜 <input type="checkbox"/>年 10:00～20:00 ※原則要予約</p>
<p>1)性犯罪、性暴力の被害相談 2)被害者本人やその家族及び関係機関 3)ホームページの相談 メールフォームから</p>	<p>県</p>	<p>はまなすサポート センター（公益社 団法人いわて被害 者支援センター）</p>	<p>019-601-3026 （#8819）</p>	<p>24時間対応 ※土日祝および 17:00～翌9:00 は、夜間休日コ ールセンターに つながります。 ※面談は要予約</p>
<p>1)事件・事故等の被害 相談 2)被害者本人やその家 族及び関係機関 3)ホームページの相談 メールフォームから</p>	<p>県</p>	<p>公益社団法人 いわて被害者支援 センター</p>	<p>019-621-3751</p>	<p>月～金曜日 <input type="checkbox"/>年 10:00～17:00 ※面談は要予約</p>




<p>1) 買物のトラブル、クレジット、サラ金、悪質商法に関する相談 2) 消費生活について悩みのある方</p>	市	<p>盛岡市消費生活センター(内丸3-46 内丸分庁舎4階)</p>	<p>019-624-4111</p>	<p>月～金曜日 <input type="text" value="年"/> 9:00～16:00</p>
<p>1) ひとり親家庭などの自立のための就業相談・就業支援講習会について 2) 母子家庭の母及び父子家庭の父等の法律相談・養育費相談</p>	県市	<p>ひとり親家庭等就業・自立支援センター (本町通3-19-1 岩手県福祉総合相談センター3階)</p>	<p>019-654-9838</p>	<p>月～金曜日 <input type="text" value="年"/> 9:00～16:00</p>
<p>1) 女性一般 2) 全般 3) メール相談 QRコードから→ (http://www.jinken.go.jp/)</p> 	国	<p>女性の人権ホットライン 盛岡地方法務局人権擁護課 (盛岡駅西通1-9-15 盛岡第二合同庁舎4階)</p>	<p>0570-070-810</p>	<p>月～金曜日 <input type="text" value="年"/> 8:30～17:15</p>

P12 SNS相談


▶チャット相談

名称	実施団体と連絡先	実施時間	QRコード
18歳以下の子どものためのチャット相談	チャイルドライン支援センター https://childline.or.jp/chat/	毎週木、金、土曜日 第1・第3水曜日 16:00~21:00	
こころのほっとチャット	特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア ・こころのほっとチャットウェブチャットのご案内	※受付時間（毎日） 第1部 12:00~15:00 第2部 17:00~20:00 第3部 21:00~23:00 毎月最終土曜日から日曜日 24:00~5:00	
チャット相談（どなたでも）	特定非営利活動法人あなたのいばしょ https://talkme.jp/	24時間 365日	
自殺対策SNS相談事業 よりそいチャット	特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンク https://yorisoi-chat.jp	受付時間 月・水・金・土曜 11:00~16:00 月・火・木・金・日曜 17:00~22:00	
困りごと情報提供 ① なんでもチャット相談（どなたでも） ② セクシュアルマイノリティのお悩み（年齢問わず） ③ 女性のお悩み（妊娠、性的被害、DV、年齢問わず） ④ これからプロジェクト（30代までの若年女性のための相談）	社会的包摂サポートセンター https://comarigoto.jp/	24時間受付 ① 毎日 16:00~22:00 リアルタイムチャット相談 ② 返答は水・金・日曜日 16:00~22:00 ③ 返答は水・木曜日 15:00~21:00 ④ 月・土曜日 15:00~21:00 リアルタイムチャット相談 (QRコードに対応しているのは④のみ)	


▶LINE 相談

10代・20代の女性のためのLINE相談	特定非営利活動法人BONDプロジェクト ・「10代 20代の女の子専用LINE」友だち追加	受付時間 毎週月・水・木・金・土曜 10:00~21:30	
こころのほっとチャット	特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア ・LINE:「こころのほっとチャット」友だち追加	P12※▶チャット相談「こころのほっとチャット」の時間帯と同じ	
自殺対策SNS相談事業	特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンク ・LINE:「生きづらびっと」友だち追加	受付時間 月・水・金・土曜 11:00~16:00 月・火・木・金・日曜 17:00~22:00	

▶Twitter

自殺対策SNS相談事業 ・よりそいチャット公式アカウント	特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンク ・「よりそいチャット公式アカウント」で検索	受付時間 月・水・金・土曜 11:00~16:00 月・火・木・金・日曜 17:00~22:00	
こころのほっとチャット	特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア ・Twitter:こころのほっとチャット公式アカウント	P11※▶チャット相談「こころのほっとチャット」の時間帯と同じ	

▶Facebook

こころのほっとチャット	特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア ・Facebook:こころのほっとチャット公式アカウント	P11※▶チャット相談「こころのほっとチャット」の時間帯と同じ	
-------------	---	---------------------------------	---

▶その他

18 歳以下の子どものための『つぶやく』	チャイルドライン支援センター https://childline.or.jp/	いつでも	
お悩みクラウド Moyatter (掲示板方式相談。公開) (どなたでも)	社会的包摂サポートセンター https://moyatter.jp	24 時間受付 (24 時間をめどに返信)	
10 代・20 代の女性のためのもやもやルーム (グループチャット) (岩手・宮城・福島の 10 代・20 代の女性)	社会的包摂サポートセンター https://www.moyaroom.jp	時間についてはホームページをご覧ください	

令和4年5月発行

盛岡市子ども未来部子ども青少年課

電話 019-613-8354

電子メール kodomo@city.morioka.iwate.jp