

令和6年度

こども・若者相談先一覧

P1~2
総合

P2~3
教育

P4~5
福祉

P6
保健

P7
精神保健

P8~9
非行防止
矯正・更生保護
雇用

P10~13
その他

P13~15
SNS相談




盛岡市 こども家庭センター

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 (家庭や就労などの悩み、家族の本人への関わり方等) 2) 本人(40歳位まで) 家族、支援機関等	市 青少年女性担当 (神明町 3-29 保健所 1階)	019-613-7521	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 おやこ支援担当 (神明町 3-29 保健所 2階)	019-601-2414	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 妊娠や出産、子育てに関する事 2) 妊娠・出産・子育て期の世帯	市 妊婦子育て担当 (神明町 3-29 保健所 2階)	019-613-2696	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) こどもの悩み、困っていること等 2) こども本人(18歳未満) 3) <input type="checkbox"/> メール相談 kodomosoudan@city.morioka.iwate.jp	市 こども相談室 (神明町 3-29 保健所 1階)	019-613-7520	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 青少年に関する事 (青少年の悩みや青少年活動等に関する相談：電話、来所、メール) 2) 青少年 (40歳未満) やその家族 3) <input type="checkbox"/> メール相談 nayami@aiina.jp	県 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	月～金曜日 年 10:00～18:00 土・日曜日 10:00～16:00 (年2回の館内点検日を除く) ※来所相談は要予約
1) ひきこもり 2) 思春期から成人	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 9:00～16:30 (祝祭日及び 12/29～1/3 を除く) ※来所相談は要予約

1) 人権一般 2) 全般 3) メール相談  (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
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 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)	民間	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)	019-623-5005	◎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) ◎一般相談 ・月～土曜日 年 10:00～15:00
1) 生活上の困りごと全般 2) どなたでも 3) <input type="text" value="メール相談"/> info@morioka-shakyo.or.jp	民間	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)	019-656-9271	月～金曜日 年 8:30～17:00

P2 教育

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) 児童生徒の不登校や学習の 悩み、非行、しつけなど 2) 児童・生徒、保護者 3) <input type="text" value="メール相談"/> (児童生徒専用)  edu.soudan@city.mori oka.iwate.jp	市 教育相談室 (市役所本館 5 階)	019-651-7830	月～金曜日 年 9:30～17:00

<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（小中学生）、保護者</p>	<p>県</p>	<p>ふれあい電話 岩手県教育委員会 盛岡教育事務所</p>	<p>019-629-6745</p>	<p>月～金曜日 <input type="text"/>年 9:00～17:00</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) <input type="text"/>メール相談</p> <p>fureai@pref.iwate.jp</p>	<p>県</p>	<p>全国共通 24 時間 子供 SOS ダイヤル</p>	<p>0120-0-78310</p>	<p>365 日・24 時間 対応</p>
<p>1) 主に学校生活や養育に関すること</p> <p>2) 児童生徒、保護者及び教職員等</p>	<p>県</p>	<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="text"/>年 ・ 電話相談 9:00～17:00</p>
<p>1) 主に発達に関すること</p> <p>2) 児童生徒、保護者及び教職員等</p>	<p>県</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～ 13:30～ (90 分程度) ※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="text"/>すこやかメール相談</p> <p>kosodatem@pref.iwate.jp</p>	<p>県</p>	<p>「すこやか電話相談」 すこやか子育て相談 岩手県立生涯学習推進センター</p>	<p>0198-27-2134</p>	<p>月～金曜日 <input type="text"/>年 ・ 電話相談 10:00～17:00 (8/13～8/16 を 除く) ・ メール相談 24 時間受付 (回答は開所時間内)</p>

P4 福祉

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) 子育て相談 2) 就学前の子どもと その保護者	各地域子育て支援センター とりよう保育園 (肴町2-8) 愛育園 (西松園2-8-1) 前潟保育園 (上厨川字杉原55) なかのこども園 (東安庭1-13-35) 好摩保育所 (好摩字野中69-112) みたけ保育園 (青山3-14-5) 飯岡こども園 (下飯岡8-99) 津志田保育園 (三本柳4-16-1)	019-651-8580 019-661-0678 019-601-1790 019-624-0351 019-682-2333 019-646-6420 019-638-0745 019-656-9134	月～金曜日 年 9:00～16:00
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 こども家庭センター おやこ支援担当 (神明町3-29 保健所2階)	019-601-2414	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 青少年相談 (家庭や就労などの悩み、家族の本人への関わり方等) 【再掲】 2) 本人 (40歳位まで) 家族、支援機関等	市 こども家庭センター 青少年女性担当 (神明町3-29 保健所1階)	019-613-7521	月～金曜日 年 8:30～17:30
1) 女性相談 お金や生活、仕事に関する事。夫婦関係 (離婚・養育費等) 2) 本人	市 こども家庭センター 青少年女性担当 (神明町3-29 保健所1階)	019-613-7521	月～金曜日 年 8:30～17:30

<p>1) こども一般 2) 全般 3) メール相談</p>  <p>(http://www.jinken.go.jp/)</p>	<p>国</p>	<p>こどもの人権 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)</p>	<p>0120-007-110</p>	<p>月～金曜日 年 8:30～17:15</p>
<p>1) 18 歳未満の子どもの 子育てに関する相談 2) 18 歳未満の子どもと その保護者等</p>	<p>県</p>	<p>岩手県福祉総合相談 センター地域相談課 (本町通3-19-1)</p>	<p>019-629-9604</p>	<p>電話相談、来所 相談 月～金曜日 年 8:30～17:15 ※来所相談について は、可能であれば予 約をお願いします。</p>
<p>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</p>	<p>民間</p>	<p>盛岡ひまわり学園 (前九年 3-12-38)</p>	<p>019-646-3977</p>	<p>月～金曜日 年 9:00～17:00</p>
<p>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</p>	<p>市</p>	<p>生活福祉第一・ 第二課 (内丸 3-46 市役所 内丸分庁舎 3 階)</p>	<p>019-626-7510</p>	<p>月～金曜日 年 8:30～17:30</p>
<p>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</p>	<p>民間</p>	<p>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)</p>	<p>019-651-1001</p>	<p>月～金曜日 年 8:30～17:15</p>

P6 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) 予期せぬ妊娠等 2) 本人、家族、支援者 3) メール相談 sos.iwate@zen-yuu.or.jp  メール相談は 24 時間 365 日受付 (なるべく早くお返事 します)	民間 にんしん SOS いわて (善友乳児院 北山 1-13-24)	019-613-6782	・電話は火・金・日 15:00～19:00 ※祝祭日・お盆・年末年始 も上記の日時 ・メール相談は、 24 時間 365 日受付
1) 妊娠や出産、子育て、女 性の健康に関すること 等 2) どなたでも	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 こども家庭センター 妊婦子育て担当 (神明町 3-29 保健所 2 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 (浜民字泉田 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

P7 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) 玉山総合事務所 健康福祉課 (渋民字泉田 360)	019-603-8309 019-683-3869	月～金曜日 年 9:00～16:00
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) 思春期から成人	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 (祝祭日及び 12/29～ 1/3 を除く) ※来所相談は要予約
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」 (上田 3-18-34 人文社 会科学部 2 号館)	019-621-6848 (直通)	月～金曜日 年 予約受付 10:30～12:30 面接 10:00～17:00 ※要予約 (土日祝日・お盆・年末年 始は休み)

P8 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 年未年始、 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歳未満とその保護者等 3) <input type="checkbox"/> 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 岩手県警察本部8階 (内丸8-10)	019-651-7867 0800-000-7867 (フリーダイヤル)	月～金曜日 年 9:00～17:45 ・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 年 9:00～16:30

P8 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 年 年未年始、 祝日除く。
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)	国 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)	0120-980-783 (フリーダイヤル) 019-604-3002	月～金曜日 年 9:00～17:00

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) 働くことや就活に不安や悩みを抱えている若者及び就職氷河期世代への就職や自立に向けた相談や居場所、ボランティア、職業体験等の自立に向けた支援プログラムの実施 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 年 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
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	県 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 019-621-1171	019-621-1171	月～土曜 年 10:00～18:00 (日曜・祝日、年末年始は休み)

P10 その他

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 年 年末年始、 祝日除く。
1) L G B T相談 (性指向、性別の違和感等) 2) 本人、家族、パートナー、支援者等	県 男女共同参画 センター相談室 (盛岡駅西通 1-7-1 アイーナ 6 階)	019-601-6891	火・金曜日 年 16:00~19:00 ※面接相談は 要予約
1) 女性相談 (電話相談、面接相談)	市 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)	予約電話番号 019-604-3304	・月火金 年 10:00~17:00 (毎月第2火曜を除く) ・水木 年 10:00~20:00 ※要予約
1) 男性相談 (面接相談のみ)	市 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)	面接相談の 予約電話番号 019-604-3304	原則第2土曜 10:00~12:00 ※要予約
1) L G B T相談 (電話相談のみ) 2) 当事者、家族、支援者	市 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)	電話相談の 予約電話番号 019-604-3304	・月火金 年 10:00~17:00 (毎月第2火曜を除く) ・水木 年 10:00~20:00 ※要予約
1) 仕事、お金、住まい 等くらし全般に関する 相談 2) 本人及び本人に関わ る人・機関 3) <u>メール相談</u> ① http://morikura. iwate.jp ② info@morikura. iwate.jp	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)	019-626-1215	月~金曜日 年 8:30~17:00 (相談時間 9:30~16:30) ※面談は要予約




<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・金曜日 <input type="checkbox"/>年 10:00～16:00 土曜日 13:00～16:00 ※面談は要予約</p>
<p>1)ひきこもり支援（家族教室、個別相談、訪問支援、居場所支援） 2)本人、家族 3) <input type="checkbox"/>メール相談 mail@yukiwari.jp</p>	<p>民間 ひきこもり支援室 “ゆきわり” (盛岡駅前北通 4-16 高田ビル 4階)</p>	<p>019-681-3021</p>	<p>月～金曜 <input type="checkbox"/>年 及び 第2・4土曜日 10:00～17:00 ※相談は要予約</p>
<p>1) 家族のお世話や介護、お手伝い等で学習や暮らし、将来の進路に不安や悩みを抱える中高生の生徒及びその家族や関係者等に対する相談支援 2) ヤングケアラー本人(主に中高生) および家族や関係者、支援者 3) <input type="checkbox"/>メール相談 岩手県ヤングケアラー相談支援事業ホームページの相談メールフォームまたは公式ラインから</p>	<p>県 岩手県ヤングケアラー相談支援窓口 (特定非営利活動法人もりおかユースポート 盛岡駅前通 16-15 保科済生堂ビル 3階)</p>	<p>080-8201-4053</p>	<p>・月～金曜日 <input type="checkbox"/>年 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)</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 (P13～15参照)</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</p>	<p>社会福祉法人 盛岡いのちの電話</p>	<p>① 相談電話 019-654-7575 ② 県民専用電話 こころライン 019-622-1717 ③ 自殺予防 いのちの電話 0120-783-556</p>	<p>① 毎日 12:00～21:00 (日曜は 12:00～18:00) ② 毎月 1 日 15 日 12:00～21:00 (日曜は 12:00～18:00) ③ 毎月 10 日 8:00～翌朝 8:00</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/ ◎ SNS 相談あり (P13～15 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 火～土曜日、第 1・第3月曜日 16:00～21:00 (左記サイトでご 確認ください) ※12/29～1/3 ほど ちらも休み</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) メール相談 ホームページから</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>#8891</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갑니다。 ※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) メール相談 ホームページから</p>	<p>民間</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 年 10:00～17:00 ※面談は要予約</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	市	盛岡市消費生活センター (内丸3-46 内丸分庁舎4階)	019-624-4111	月～金曜日 年 9:00～16:00
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	県市	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)	019-654-9838	月～金曜日 年 9:00～16:00 (第2・第4月曜は9:00～17:00)
1)女性一般 2)全般 3)メール相談  (http://www.jinken.go.jp/)	国	女性の人権ホットライン 盛岡地方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)	0570-070-810	月～金曜日 年 8:30～17:15




P13 SNS相談

▶チャット相談


名称	実施団体と連絡先	実施時間	二次元コード
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/	毎週火～土曜日 第1・第3月曜日 16:00～21:00	
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	
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 月曜早朝 4:00～6:00 毎月最終土曜日から日曜日 24:00～5:00	

<p>困りごと情報提供</p> <p>① なんでもチャット相談（どなたでも）</p> <p>② セクシュアルマイノリティのお悩み（年齢問わず）</p> <p>③ 女性のお悩み（妊娠、性的被害、DV、年齢問わず）</p> <p>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）</p>	<p>社会的包摂サポートセンター</p> <p>https://comarigoto.jp/</p>	<p>24 時間受付</p> <p>① 毎日 16:00～22:00 リアルタイムチャット相談</p> <p>② 返答は水・金・日曜日 16:00～22:00</p> <p>③ 返答は水・木曜日 15:00～21:00</p> <p>④ 月・土曜日 15:00～21:00 リアルタイムチャット相談 <small>（二次元コードに対応しているのは④のみ）</small></p>	
---	---	---	---

▶LINE 相談

<p>10代・20代の女性のためのLINE 相談</p>	<p>特定非営利活動法人BONDプロジェクト</p> <p>・「10代 20代の女の子専用LINE」友だち追加</p>	<p>受付時間 毎週月・水・木・金・土曜 10:00～21:30</p>	
<p>こころのほっとチャット</p>	<p>特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア</p> <p>・LINE:「こころのほっとチャット」友だち追加</p>	<p>P13※▶チャット相談「こころのほっとチャット」の時間帯と同じ</p>	
<p>自殺対策SNS相談事業</p>	<p>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</p> <p>・LINE:「生きづらびっと」友だち追加</p>	<p>受付時間 毎日 8:00～22:00</p>	

▶Facebook

<p>こころのほっとチャット</p>	<p>特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア</p> <p>・Facebook:こころのほっとチャット公式アカウント</p>	<p>P13※▶チャット相談「こころのほっとチャット」の時間帯と同じ</p>	
--------------------	--	--	---

▶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	
#いのちSOS	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 「いのちSOS」で検索 →web から相談、メールで相談	受付時間 毎日 8:00~22:00	

令和 6 年 5 月発行

盛岡市子ども未来部こども家庭センター

電 話 019-613-7521

電子メール kokasen@city.morioka.iwate.jp