

悩みの相談窓口



なやみ いおう

24時間子供SOSダイヤル：0120-0-78310（通話料無料）

いじめや不登校など学校生活での悩みや、その他のSOSをより簡単にいつでも相談することができます。
（下記のいずれかにつながります）

月～金 9:00～17:00

左記時間以外

電話教育相談あすなろダイヤル 奈良県教育委員会

こころ すっきり

0744-34-5560（通話料有料）

不登校やいじめなど学校生活での悩み、子育てなど
家庭生活での悩みで電話でお応えします。



専門機関に相談したい



ヤング・いじめ110番 奈良県警察少年サポートセンター
0742-22-0110

いじめ・犯罪による被害など少年に関する問題についての相談ができます。

子どもの悩みごと相談 奈良県弁護士会

0742-81-3784

いじめ、体罰、虐待など、子どもに関わる問題なら何でも相談できます。
（初回のみ無料、申込制）



こどもの人権110番 奈良地方法務局

0120-007-110

子どものいじめや体罰、児童虐待等の問題に関する相談ができます。

ならこころのホットライン 奈良県臨床心理士会

0744-46-5563

自殺予防のためのこころの相談ができます。



奈良いのちの電話協会

0742-35-1000



さまざまな悩みをもつ人、生きる気力や望みを失った人へ
心の支援を行います。



メール・SNSで相談したい

奈良県教育委員会

メール相談窓口「悩みならメール」
soudan@soudan-nara-mail.jp



学校生活・家庭生活・友達や進路に関する悩みをメールで相談できます。

臨床心理士等が相談員として相談に対応します。
返信に5日間程度の時間がかかることもあります。

LINE相談 なら Cocoro ライン

学校生活・家庭生活・友達や進路に関する悩みを
LINEで相談できます。



- 相談窓口
令和4年度の相談期間は終了しました。
令和5年度も開設する予定です。
- 「学校へ知らせる」書込み窓口では、自分や友達の悩みや心配事
を書き込むと、その内容が学校に届けられます。
令和5年3月31日（金）まで24時間受付

どなたでも相談できます。

児童・生徒本人が相談できます。