

# 一人で悩まないで

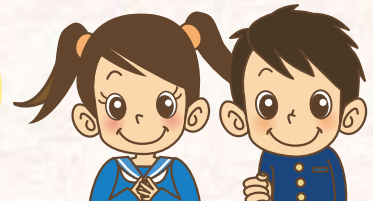
～悩みを聞いてくれる相談先～

何かおかしいと感じたり、悩んだりすることがあるときは、友達や親、先生など誰かに相談してみてください。もし、友達や親など身近な人に相談しにくいときは、下記の相談窓口にご相談してみてください。ひとりで悩まずに勇気を出して相談してみましょう。相談の内容についての秘密は守られます。

## 主な相談先

相談窓口	受付日時	電話番号
<b>教育相談支援センター</b> 友達関係、いじめ、不登校など 園児・小中学生とその保護者からの相談	〈教育相談支援センター〉 月～金曜日／8:30～17:15 ※祝・休日、12/29～1/3は除く	053-457-2424
<b>浜松市 いじめ子どもホットライン</b> (いじめ相談専用) 園児・小中学生とその保護者からのいじめに関する相談	〈教育相談支援センター〉 24時間受付	053-451-0022
<b>子どもの人権110番</b> 友達関係、いじめなど	〈静岡地方法務局人権擁護課〉 月～金曜日／8:30～17:15 ※祝・休日、12/29～1/3は除く	0120-007-110 054-275-3070 (IP電話の方)
<b>ハロー電話「ともしび」</b> 友達関係などいろいろな悩み	〈静岡県〉 月～金曜日／9:00～19:00 土 日 祝／9:00～17:00 ※12/29～1/3は除く	053-471-8686
<b>悩みごと相談</b>	〈あいホール相談室〉 電話：月～木曜日／10:00～16:00 水・土曜日／18:00～20:00 面接：火・水曜日／10:00～16:00 水曜日／18:00～20:00 ※面接は予約制 ※祝・休日、12/29～1/3除く	053-412-0352

ひとりで  
悩まないで。



発行日：2013年3月

問い合わせ先

浜松市市民部UD・男女共同参画課

〒430-8652 浜松市中区元城町103番地の2

TEL.053-457-2561

FAX.053-457-2750

E-mail: ud@city.hamamatsu.shizuoka.jp

学校 年 組 番

名前