

## < 各種相談窓口 >

※各窓口には、お子様・保護者の方が直接ご相談いただくことも、本校経由でご相談することも可能です。

◇帯広第五中学校 ☎0155-34-5710 第1の相談先として何なりとご相談ください！

◇帯広市教育委員会・教育相談センター ☎0155-25-2595(教育に関すること全般)  
※平日9時～17時。面談も可能です。



◇帯広市

- ・子育て支援センター ☎0155-25-9700(子育てに関する相談全般)  
※平日8時45分～17時30分。面談も可能です。
- ・民生委員児童委員 ☎0155-65-4146(窓口:帯広市 地域福祉課)
- ・ヤングテレホン相談 ☎0155-22-8349(友人関係、学校や家庭の悩み)  
Eメール [wakamono-soudan@keisei-kai.jp](mailto:wakamono-soudan@keisei-kai.jp)  
※☎は平日9時～17時30分。面談も可能です。



◇北海道教育委員会 「おなやみポスト」 ※お子さんのタブレット端末のアイコンから、24時間メール送信可能。  
・子ども相談支援センター ☎0120-3882-56(24時間対応のSOSダイヤル)  
Eメール [sodan-center@hokkaido-c.ed.jp](mailto:sodan-center@hokkaido-c.ed.jp)

◇北海道

- ・帯広児童相談所 ☎0155-22-5100  
※平日8時45分～17時30分。面談も可能です。  
※児童相談所 全国共通虐待対応ダイヤル☎ 189 (24時間対応)



- ・帯広保健所 ☎0155-21-9100(「こころの健康相談」)  
※平日8時45分～17時。面談も可能です。
- ・北海道立精神保健福祉センター ☎0570-064-556(「こころの電話相談」)  
※平日9時～21時、土日祝10時～16時です。
- ・北海道保健福祉部 こころの健康LINE相談(日常生活や学校生活について) →   
※平日・土曜日 18時～22時  
※日曜日 18時～翌朝6時



← 親子のための相談LINE(いじめ、不登校、ヤングケアラー、虐待など  
様々な家族・家庭の相談)

※平日9時～17時

ヤングケアラー相談サポートセンター ☎0120-516-086

※平日8時45分～17時30分 SNS専用080-9612-1247

- ・北海道警察 少年サポートセンター ☎0120-677-110(いじめ・犯罪等の被害)  
※平日8時45分～17時30分。

◇北海道・札幌市 ・性暴力被害者支援センター ☎050-3786-0799 または #8891  
※平日10時～20時 (子どもも大人も相談できます)

◇国

- ・法務省 子どもの人権110番 ☎0120-007-110 (平日8時30分～17時15分)
- みんなの人権110番 ☎0120-003-110 //
- 女性の人権ホットライン ☎0570-070-810 //

※いずれもインターネット相談も可能です。法務省ホームページ参照。

◇法人等運営 ・チャイルドラインほっかいどう ☎0120-99-7777(毎日16時～21時/除12/29-1/3)  
・北海道いのちの電話 ☎011-231-4343(毎日24時間対応)



※帯広市には他にも様々な相談窓口があります。市HP「子どもに関する相談窓口」をご覧ください。