

## 子育ての不安・女性の不安 10代の性の不安 (助産師が対応)

### 助産師ダイヤル

(子育て・女性健康支援センター・しまね)  
一般社団法人島根県助産師会

毎月1～15日 毎月16～31日  
090-7135-4637 090-7136-4609

年中無休

## 子どもや保護者の悩みやこまりごと

### ヤングテレホン/けいさつ・いじめ110番

チャムナトーク  
0120-786-719

専門相談員の受付時間は、月～金/8:30～17:15

### みこぴーヤングメール

島根県警察のホームページからアクセスして下さい。

メール受信の確認は、月～金(祝日を除く)の8:30～17:15

## 乳幼児の子育てに関する悩み

### 育児電話相談 (松江赤十字乳児院)

0852-24-6418

月～金/9:00～16:30 祝日、年末年始を除く

## 女性の悩み(女性相談ダイヤル)

女性相談センター(松江) 0852-25-8071

〃 西部分室(大田) 0854-84-5661

中央児童相談所隠岐相談室 08512-2-9810

出雲児童相談所 0853-21-8789

浜田児童相談所 0855-28-3434

益田児童相談所 0856-31-1886

▶月～金/8:30～17:00  
祝日、年末年始を除く  
※女性相談センター(松江)は、土・日も受付

## 性暴力に関すること

### 性暴力被害者支援センター たんぼぼ

0852-25-3010

月～金/8:30～17:15 祝日、年末年始を除く

### しまね性暴力被害者支援センター さひめ

0852-28-0889

火・木・土/18:00～22:00  
(メール相談/ホームページからアクセス)

## 子どもや子育ての悩み

### 子どもと家庭電話相談室

0120-258-641

9:00～21:30 祝日、年末年始を除く

中央児童相談所 0852-21-3168

〃 隠岐相談室 08512-2-9810

出雲児童相談所 0853-21-0007

浜田児童相談所 0855-28-3560

益田児童相談所 0856-22-0083

▶月～金/8:30～17:15  
祝日、年末年始を除く  
※緊急時はいつでも受け付けます



このカードはスマホに  
保存できます。  
無料ビューワーアプリ  
をダウンロードして  
ご覧ください。

平成29年度版 **気軽にかけTEL**

# 子どもと家庭 電話相談室



まいにち  
(毎日) あさ 9:00～よる 9:30  
しゅくじつ なんまつねんし のぞ  
(祝日・年末年始は除きます)



**0120-258-641**  
FAX 0120-874-112

しまねけん  
島根県



## いじめ、不登校、子育てなどの悩み

**いじめ相談テレフォン** 24時間子供SOSダイヤル  
〈島根県教育委員会〉 〈島根県教育委員会〉  
0120-779-110 0120-0-78310

24時間(年中無休)

## “こころ・発達”教育相談室

〈島根県教育センター教育相談スタッフ〉

0800-200-1556 (フリーダイヤル)

月~木/10:00~16:30

## いじめ、たいばつなど

**子どもの人権110番** 〈松江地方務局  
島根県人権擁護委員連合会〉  
0120-007-110 月~金/8:30~17:15

## こころの健康

**心のダイヤル** 〈島根県立心と体の相談センター〉  
0852-21-2885 月~金/8:30~17:15

## さまざまな悩みや心の危機など

**島根いのちの電話** 〈社会福祉法人 島根いのちの電話〉  
0852-26-7575 0570-783-556  
年中無休 月~金/9:00~22:00  
土・日/土9:00~日22:00

## 子ども・若者の相談(いじめ、ひきこもり、就労などの悩み)

**松江市青少年支援センター**  
0800-200-2700

月~金/9:00~17:00  
Eメール m.s.shien@city.matsue.lg.jp

## 浜田市青少年サポートセンター

0120-783-419  
月~金/8:30~17:15

## 出雲市子ども・若者支援センター

0120-84-7867  
月~金/8:30~17:00

## 益田市子ども・若者支援センター

0800-600-4357(無料)  
月~金/9:00~16:00

在学中はもちろん、卒業しても誰かに  
相談をしたい。  
何をしたらいいかわからない。

そんな時は、気軽に電話ください。



**大田市子ども・若者総合相談窓口** 〈子育て支援課〉  
0854-83-8147

月~金/8:30~17:15

**大田市子ども・若者総合相談窓口** ほっとスペース  
ゆきみーる

0854-83-7373  
月~金/10:00~17:00

## 安来市子ども・若者総合相談窓口

0854-23-3211  
月~金/8:30~17:15

Eメール fukushi@city.yasugi.shimane.jp

## 雲南市子ども家庭支援センター「すワン」

0854-40-1067  
月~金/9:00~17:00

## 飯南町子ども・若者相談窓口

0854-72-1773  
月~金/9:00~17:00

こどもせんようでんわ  
〈こどもだけがかけられるでんわ〉

子どもほっとラインもしもしにゃんこ  
〈NPO法人 ほっと・すぺーす21〉  
0120-225-044

まいしゅうにち  
毎週日ようび ごこ 2時~ごこ 6時

チャイルドライン  
〈NPO法人 チャイルドラインしまね〉  
0120-99-7777

18さいまでのこどもがかけられるでんわ  
まいにち ごこ 4時~ごこ 9時



- ヒミツはまもるよ
- 名まえは  
い  
言わなくてもいい

- 切りたいときには  
き  
切っていい
- どんなことでも  
いっしょに  
かんが  
考える

