



ひとりで悩んでいませんか？

悩んでいることがあれば、まずは家族や学校の先生に相談してみてください。

下記の窓口でも相談に応じていますので、勇気を出して相談してください。きっとあなたの助けになります。

(電話による人権相談)

相談項目	主な相談の内容	相談機関名	電話番号	相談時間
こうべっ子悩み相談 いじめ・体罰・子ども安全ホットライン	いじめ（ネットいじめ）・体罰・性的マイノリティ（LGBTQ）等悩みごと、心配ごと、困ってることなどの相談	教育委員会	0120-155-783 (フリーダイヤル)	毎日 24時間
教育に関する相談	いじめ・不登校・進路・学習・友人関係等 学校生活上での相談	総合教育センター 教育相談室	078-360-3152~3 0120-790-783 (フリーダイヤル)	月～金(※) 9:00～12:00 13:00～17:00
子どもの人権110番	子どもの人権に関わる（いじめ・体罰・不登校等）さまざまな相談	神戸地方法務局 人権擁護課	0120-007-110 (フリーダイヤル)	月～金(※) 8:30～17:15
子どもに関する相談	児童虐待や子どもに関する全般的な相談	子ども家庭センター	078-599-7300	月～金(※) 8:45～12:00 13:00～17:30
性犯罪被害110番	性犯罪の被害の相談	兵庫県警察本部	#8103(ハートさん) 0120-57-8103 (フリーダイヤル)	毎日 24時間
思いがけない妊娠SOS	予定外の妊娠など、妊娠したことにとまどっている方の相談	一般社団法人 小さないのちのドア	078-351-3400	毎日 24時間
みんなの人権110番 (全国共通人権相談ダイヤル)	差別や虐待、インターネット上の誹謗中傷に関する相談	神戸地方法務局 人権擁護課	0570-003-110	月～金(※) 8:30～17:15
さまざまな人権に関わる相談	さまざまな人権問題にかかる悩みや心配ごとについて、相談者の方と共に考えます	神戸市福祉局 人権推進課	078-322-5234	月～金(※) 8:45～12:00 13:00～17:30

(※)祝日及び12/29～1/3を除く

子どもの人権SOS-e メール(法務省)

人権相談をインターネットでも受け付けています。

相談フォームに氏名、住所、年齢、相談内容等を記入して送信すると、最寄りの法務局から後日、メール、電話又は面談により回答します。

あなたの悩みごとや困りごとについて、ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

https://www.jinken.go.jp/goriyouannai_ch/

(右の二次元コードを使えば、簡単につながります。)

*メール受信拒否設定をしている場合には、回答メールを受信できないことがありますので、メール受信拒否設定を解除するか、または、「soudan.moj.go.jp」のドメインからのメール受信を許可する設定にしてください。

相談窓口一覧(神戸市ホームページ)

ほかにもさまざまな相談窓口があります。

くわしくは右の二次元コードから、神戸市ホームページにアクセスしてください。

