

ひとりで悩まないで！まずは相談からはじめませんか？

長野市の相談機関

こども・若者のあらゆる相談は…

○こども総合支援センター「あのえっと」
【平日 8時30分から17時15分まで】
0120-783-041(フリーダイヤル)

心の悩みの相談は…

○保健所健康課「こころの相談専用電話」
【平日 9時30分から16時00分まで】
026-227-4455

子どもの権利に関する相談は…

○子どもの権利相談室
【平日(第1水曜日と第3水曜日はお休みです)】
【土曜日(第1・第3水曜日と同じ週の土曜日)】
【10時00分から18時00分まで】
0120-023-556(フリーダイヤル)

学校に関する相談は…

○教育委員会事務局学校教育課
【平日 8時30分から17時15分まで】
026-224-5063



※「あのえっと」ではLINE、権利相談室ではメールによる相談も行っています。

FEEL NAGANO. BE NATURAL
この国で、わたしらしく生きたい。長野市

その他の主な相談機関

民間団体の相談機関

○チャイルドライン(誰かと話したいとき)
【毎日 16時00分から21時00分まで】
0120-99-7777(フリーダイヤル)

○わかさぽBase

【平日 8時30分から17時00分まで】
026-217-0515



長野県の相談機関

○学校生活相談センター

【毎日 24時間子どもSOSダイヤル】
0120-0-78310(フリーダイヤル)

○北信子ども・若者総合相談センター

【日曜・祝日を除く 10時00分から18時00分まで】
026-213-6051

