

○ 相談できる窓口（文部科学省 HP より SNS 等の相談窓口を中心に）

相談窓口の名前	種類	連絡先等（ <a href="#">青い字</a> や QR コードからサイトへ移れます。）	○概要 ☆受付時間
<small>じかんこども</small> <b>24時間子供SOSダイヤル</b>	電話相談 （無料）	 <small>じかん こども つわりょうむりょう</small> <b>24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)</b> <small>な や み い お う</small> <b>0120-0-78310</b>	○24 時間いじめ等の悩みを相談できる。 ☆ 24 時間年中無休
チャイルドライン	電話相談 （無料）	<a href="tel:0120-99-7777">0120-99-7777</a>	○18 歳までの子ども専用 電話相談 ☆毎日 16 時から 21 時まで チャットによるオンライン相談 ☆毎週月曜日から土曜日まで 16 時から 21 時まで （12/29～1/3 はお休みです）
	チャット	<a href="#">チャイルドラインチャット相談</a> 	
BOND（ぼんど） プロジェクト	LINE	<a href="#">「10代20代の女の子専用LINE」友だち追加</a> 	○10 代 20 代の女性のための LINE 相談 ☆月・水・木・金・土曜日 14 時から 18 時まで （17 時 30 分まで受付） 18 時 30 分から 22 時 30 分 まで （22 時まで受付）
あなたのいばしょ	チャット	<a href="#">あなたのいばしょチャット相談</a> 	○年齢や性別を問わず、誰でも無 料・匿名で利用できるチャット相 談窓口 ☆24 時間 365 日

生きづらびっと	LINE	<a href="#">「生きづらびっと」友だち追加</a>		○年齢、性別に関わらず、誰でも相談できます。 ☆毎日
	Web フォーム	<a href="#">生きづらびっと ご相談受付</a>		8時から22時30分まで (22時まで受付) ※月・金は6時から受付
こころのほっとチャット	LINE	<a href="#">「こころのほっとチャット」友だち追加</a>		○年齢、性別に関わらず、誰でも相談できます。 ☆毎日
	Facebook	<a href="#">こころのホットチャット公式アカウント</a>		12時から15時50分まで (15時まで受付) 17時から20時50分まで (20時まで受付) 21時から23時50分まで (23時まで受付)
	チャット	<a href="#">こころのホットチャット ウェブチャットのご案内</a>		☆月曜 4時から6時50分まで (6時まで受付) ☆毎月1回 最終土曜日から日曜日の 24時から5時50分まで (5時まで受付)
LINE じんけん相談	LINE	<a href="#">「法務局 LINE じんけん相談」友だち追加</a>		☆月～金 8時30分から17時15分まで