ひとりで なやまないで ～だれかに話してみよう～ （2025 年4月現在）

総合相談窓口

● **長野県子ども支援センター**
（長野県県民文化部こども若者局こども・家庭課）
子ども専用無料電話　0800－800－8035
大人専用　026－225－9330
子どもに関する相談全般に応じています。〔月～土 10:00～18:00〕

学校教育、いじめ、不登校など

● **学校生活相談センター（24時間子ども SOS ダイヤル）**
（長野県教育委員会事務局心の支援課）
0120－0－78310
いじめや不登校など学校生活に関わる相談に応じています。〔24 時間〕

● **電話教育相談**

長野県総合教育センター	0263－53－8811
東信教育事務所	0267－24－5570
南信教育事務所	0265－72－4647
飯田事務所	0265－53－0462
中信教育事務所	0263－47－7830
北信教育事務所	026－232－7830

学校生活や不登校など、教育上のあらゆる問題について、保護者や児童生徒からの相談に応じています。〔平日　9:00～17:00〕

養育上の悩みや非行・虐待など児童の福祉

● **児童相談所全国共通ダイヤル**　いちはやく 189
虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。〔24 時間〕

中央児童相談所	026－238－8010
松本児童相談所	0263－91－3370
飯田児童相談所	0265－25－8300
諏訪児童相談所	0266－52－0056
佐久児童相談所	0267－67－3437

児童福祉司や児童心理司などの専門職員が、18 歳未満の子どもに関する様々な相談に応じています。〔平日　8:30～17:15〕

● **長野県児童虐待・DV24 時間ホットライン**
（長野県県民文化部こども若者局こども・家庭課）
026－219－2413
児童虐待・DV（配偶者間暴力）に関する緊急の相談や通告、通報に応じています。〔24 時間〕

● **長野県ヤングケアラー専用相談窓口**
（長野県社会福祉協議会内）026－228－4244
家族のお世話や介護をしている子ども・若者に関する相談に応じています。〔TEL 平日　8:30～17:00〕〔LINE24 時間受付〕

● **長野県性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」**
（長野県県民文化部人権・男女共同参画課）
026－235－7123　または　はやくワンストップ ＃8891
性暴力被害にあわれた方を支援するための相談窓口です。〔24 時間〕

● **性犯罪被害ダイヤルサポート 110**
（長野県警察本部内）
0120－037－555　または　ハートさん ＃8103
性犯罪に関する被害の相談ができる全国共通ダイヤルです。
〔24 時間　※執務時間外は当直が対応〕

インターネットに関する困り事

● **信州ネットトラブルバスターズ**
ネットトラブルの対応と相談先をまとめた Web ページです。

子どもの非行などの問題行動

● **少年サポートセンター　ヤングテレホン**

警察本部	026－232－4970
長野中央警察署	026－241－0783
松本警察署	0263－25－0783
上田警察署	0268－23－0783
伊那警察署	0265－77－0783

少年相談専門職員や警察官が、子どもの非行、いじめや犯罪の被害に関する相談に応じています。
〔警 察 本 部　：24 時間　※執務時間外は当直が対応〕
〔その他警察署　：月～金　8:30～17:15〕

● **警察安全相談（警察本部広報相談課）**
026－233－9110　または　＃9110
犯罪等による被害の未然防止、DV（配偶者間暴力）、ストーカー被害等に関する相談に応じています。

● **法務少年支援センター長野**
善光寺下の青少年心理相談室（長野少年鑑別所内）
026－237－1123
非行・問題行動などに、心理の専門家などが相談に応じています。
〔平日 9:00～12:15　13:00～17:00〕

人権の問題

● **こどもの人権110番（長野地方法務局）**
0120－007－110
人権擁護委員などがこどもの人権に関わる様々な相談に応じています。
〔平日　8:30～17:15〕

思春期の心の健康

● **長野県精神保健福祉センター**
026－266－0280
心の健康や精神医療に関わる相談をはじめ、アルコールや薬物等の依存症、思春期の精神保健に関わる相談、ひきこもり等に関わる相談に応じています。〔平日　8:30～17:15〕

スポーツにおける暴力行為等相談窓口

● **JSPO（公益財団法人日本スポーツ協会）**
03－6910－5827
専門相談員（弁護士）に無料で直接相談ができる窓口です。
〔火・木　13:00～17:00〕

民間団体が実施している電話相談

● **チャイルドライン（長野県チャイルドライン推進協議会）**
0120－99－7777
18 歳までの子どもの声に耳をかたむけ、その心を受け止めたり相談に応じたりしています。〔毎日　16:00～21:00〕

● **子育てひといきホットライン（ながの子どもを虐待から守る会）**
026－268－0008
子どもを虐待から守る、虐待をしないための相談に応じています。
〔火・木　10:00～14:00　　土　10:00～12:00〕

● **いのちの電話（社会福祉法人長野いのちの電話）**

長野いのちの電話	026－223－4343
松本いのちの電話	0263－88－8776

誰にも相談できずに苦しんでいる人の悩みに応じています。
〔毎日 11:00～22:00〕

令和６年度　学校生活相談センターの相談受付状況について

心の支援課

１　学校生活相談センターの概要

児童生徒や保護者が、いじめ・不登校などの学校生活における様々な悩みについて 24 時間相談できる窓口として、文部科学省「24 時間子供 SOS ダイヤル」を活用し平成 27 年度に開設。平成 28 年度からフリーダイヤルとなった。

フリーダイヤル　０１２０－０－７８３１０（なやみいおう）　E-mail　gakko-sodan@pref.nagano.lg.jp

２　相談受付状況

（１）受付種別

区分		相談件数					延べ回数				
		R2	R3	R4	R5	R6	R2	R3	R4	R5	R6
電話	平日昼間	325	305	295	223	214	539	440	453	925	595
	夜間・休日	406	328	296	301	286	636	573	548	854	834
文書（メール･FAX･手紙）		94	129	136	135	157	140	195	204	303	283
来所		2	0	2	1	0	3	0	3	1	2
計		827	762	729	660	657	1,318	1,208	1,208	2,083	1,714

⇒延べ回数全体では、特定の相談者による頻回入電の影響を大きく受けた昨年度より減少したが、窓口設置以来２番目の多さとなった。
⇒電話相談では、昨年度に引き続き相談件数と延べ回数との間で差が大きくなっており、約 3 倍であった。
⇒文書による相談件数は 157 件で過去最多となった。

（２）相談者の内訳

区分		相談件数	割合	延べ回数	割合
子ども		**223**	**33.9%**	**737**	**43.0%**
	本人	216	32.9%	730	42.6%
	本人以外の子ども	7	1.0%	7	0.4%
大人		**425**	**64.7%**	**964**	**56.2%**
	父	64	9.7%	110	6.4%
	母	269	41.0%	667	38.9%
	祖父	5	0.8%	5	0.3%
	祖母	8	1.2%	8	0.5%
	その他の大人	79	12.0%	174	10.1%
不明		**9**	**1.4%**	**13**	**0.8%**
計		**657**	**100.0%**	**1714**	**100.0%**

⇒全体に占める大人の相談件数は、子どもの約２倍であった。
⇒相談件数における相談者の内訳では、母親からの相談が最多となった。
⇒延べ回数における相談者の内訳では、子ども本人からの相談が最多となった。

（３）他機関との連携

区分	相談件数	割合	延べ回数	割合
関係機関へ連携した案件	79	12.0%	131	7.6%

【主な連携先】※（　）は延べ連携回数
小中学校（53 回）　高等学校（43 回）　市町村教育委員会（7 回）　児童相談所（１回）警察関係（０回）

⇒相談者が希望した場合や、虐待や自殺をほのめかすなどの場合は、関係機関への情報共有や適切な対応のための連携を図っており、相談件数の約１割が連携案件であった。

（４）相談内容（主訴別の件数）

【子どもからの相談】

区分		R6 相談件数		割合		R6 延べ回数		割合		R5 相談件数		割合		R4 相談件数		割合	
子どもに関すること	いじめ・嫌がらせ	22	122	9.9%	54.7%	42	349	5.7%	47.4%	22	138	9.7%	61.0%	18	152	7.1%	59.8%
	不登校・登校渋り	9		4.0%		19		2.6%		18		8.0%		18		7.1%	
	暴力問題	0		0.0%		0		0.0%		0		0.0%		0		0.0%	
	異性関係・性の問題	15		6.7%		28		3.8%		10		4.4%		7		2.7%	
	対人関係・友達関係	33		14.8%		62		8.4%		30		13.3%		33		13.0%	
	非行・不良行為	1		0.4%		1		0.1%		0		0.0%		1		0.4%	
	心身の疾患・障がい	4		1.8%		10		1.4%		7		3.1%		7		2.7%	
	学業・進路	20		9.0%		82		11.1%		17		7.5%		21		8.3%	
	自分関連（性格など）	18		8.1%		105		14.3%		31		13.7%		44		17.3%	
	ネット・ゲーム関連	0		0.0%		0		0.0%		3		1.3%		3		1.2%	
学校・教師に関すること		59		26.5%		148		20.1%		46		20.4%		66		26.0%	
家庭・私生活に関すること		28		12.6%		135		18.3%		21		9.3%		23		9.1%	
意見・問い合わせ		9		4.0%		34		4.6%		18		8.0%		8		3.1%	
その他		5		2.2%		71		9.6%		3		1.3%		5		2.0%	
計		**223**		**100.0%**		**737**		**100.0%**		**226**		**100.0%**		**254**		**100.0%**	

⇒子どもからの相談の主訴は、相談件数・延べ回数ともに「子どもに関すること」が最も多かった。
⇒「子どもに関すること」の内訳として、相談件数では“クラスになじめない”“気を遣いすぎてしまう” などの「対人関係・友達関係」が、延べ回数では“周囲の目が気になる”“感情的になってしまう”などの「自分関連（性格など)」がそれぞれ多かった。

【大人からの相談】

区分		R6 相談件数		割合		R6 延べ回数		割合		R5 相談件数		割合		R4 相談件数		割合	
子どもに関すること	いじめ・嫌がらせ	55	145	12.9%	34.1%	87	288	9.0%	29.8%	54	138	12.9%	32.9%	49	170	11.0%	38.2%
	不登校・登校渋り	48		11.3%		121		12.6%		45		10.8%		62		13.9%	
	暴力問題	5		1.2%		5		0.5%		3		0.7%		1		0.2%	
	異性関係・性の問題	2		0.5%		3		0.3%		5		1.2%		11		2.5%	
	対人関係・友達関係	9		2.1%		26		2.7%		10		2.4%		19		4.3%	
	非行・不良行為	0		0.0%		0		0.0%		3		0.7%		2		0.5%	
	心身の疾患・障がい	1		0.2%		1		0.1%		3		0.7%		4		0.9%	
	学業・進路	16		3.8%		29		3.0%		12		2.9%		13		2.9%	
	自分関連（性格など）	6		1.4%		13		1.3%		1		0.2%		6		1.3%	
	ネット・ゲーム関連	3		0.7%		3		0.3%		2		0.5%		3		0.7%	
学校・教師に関すること		125		29.4%		238		24.7%		148		35.3%		144		32.4%	
家庭・私生活に関すること		44		10.4%		182		18.9%		33		7.9%		53		11.9%	
意見・問い合わせ		92		21.6%		151		15.7%		83		19.8%		57		12.8%	
その他		19		4.5%		105		10.9%		17		4.1%		21		4.7%	
計		**425**		**100.0%**		**964**		**100.0%**		**419**		**100.0%**		**445**		**100.0%**	

⇒大人からの相談の主訴は、相談件数・延べ回数ともに「子どもに関すること」が最も多かった。
⇒「子どもに関すること」の内訳として、相談件数では“学校で嫌がらせを受けている”などの「いじめ・嫌がらせ」が、延べ回数では“長期休み明けから登校をためらっている”などの「不登校・登校渋り」がそれぞれ多かった。

３　成果と今後の対応

年間の総相談対応数が設置以降２番目に多い結果となり、文書相談の増加もあり、当センターが安定的に多様な相談ニーズに応える役割を担っていることが推察される。

今後も引き続き、相談者の気持ちや考えの整理、不安や苦痛の軽減・解消など、相談者の求めや主訴を丁寧に捉えながら、相談者が自ら対処していくためのモチベーション作りに寄与する寄り添った相談対応に努めていく。

また、こうした相談内容については学校現場と共有し、児童生徒の人間関係づくりを推進していく。