

子ども向け相談窓口一覧(暴力行為・いじめ関連)

令和8年1月現在

名称	所管等	電話番号・関連 URL	概要
「相談窓口を探す」コーナー	子ども家庭庁	https://www.kodomo.cfa.go.jp/soudan/	子どもが抱える様々な困難(いじめ、心の悩み、人権侵害等)について、子ども自ら悩みを相談でき、SOS を発信できる相談窓口の情報を掲載しています。
24 時間子供 SOS ダイヤル	文部科学省	なやみいおう 0120-0-78310 (24 時間年中無休) https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm	いじめで困ったり、自分や友だちの安全に不安があったりしたときに、全国どこからでも、24 時間いつでも、電話で相談できる窓口です(通話料無料)。電話をかけた所在地の教育委員会の相談機関につながります。子どものほか、保護者などからの相談にも応じています。
子どもの人権 110 番	法務省	0120-007-110 (平日 8:30~17:15) https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken112.html	いじめや体罰、虐待など、子どもをめぐる様々な人権問題についての相談を受け付ける専用相談電話です(通話料無料)。電話は最寄りの法務局につながり、法務局職員又は人権擁護委員が相談に応じます。
チャット人権相談 (LINE じんけん相談、子どもの人権 SOS チャット)	法務省	<LINE アカウント名>法務局 LINE じんけん相談<検索 ID> @linejinkensoudan (平日 8:30~17:15) https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00034.html	チャット形式(LINE)で人権相談ができます。また、GIGA スクール構想による1人1台端末からも相談を受け付けています(子どもの人権 SOS チャット)。
子どもの人権 SOS ミニレター (便箋兼封筒)	法務省	https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00013.html	全国の小中学校の児童生徒を対象に、便箋兼封筒付きのミニレターを配布しています。返信は、法務局職員又は人権擁護委員が行います。
子どもの人権 SOS-e メール (インターネット人権相談)	法務省	https://www.jinken.go.jp/goriyouannai_ch/	パソコン、スマートフォンなどからインターネットを利用して、いつでも人権相談することができます。後日、最寄りの法務局からメール、電話又は面談により回答します。
都道府県警察の少年相談窓口 (ヤングテレホンコーナー)	各都道府県警察	https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html ※都道府県ごとに受付時間が異なります。	子どものことで悩みを抱えている御家族や、いじめ、犯罪等の被害に遭い、悩んでいる子ども自身のための相談窓口です(都道府県によっては通話料が有料となります)。

インターネット上の書き込みなどに関する相談・通報窓口のご案内

対面 電話 メール チャット SNS SNS 左記マーク以外は各機関のWebフォームから相談

インターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害等のトラブルにあった

インターネット上の違法・有害情報を見つけた

解決策について相談したい

悩みや不安について話をしたい

違法薬物の販売情報、違法なわいせつ画像、児童ポルノ、爆発物・銃砲等の製造、殺人や強盗等の犯罪行為の請負・仲介・誘引、自殺の誘引・勧誘などを通報したい

心のSOS まもろうよこころ (厚生労働省)
www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro
 生きるのがつらいほどの悩みや不安を抱えている方に対して、気軽に相談できる窓口を紹介しています。




どうしたらよいか分からない

ネット上の書き込み・画像を削除したい

書き込んだ相手に損害賠償を求めたい



身の危険を感じている／脅迫されている・犯人の捜査、処罰を求めたい

弁護士
または

法的トラブル解決のための「総合案内所」 **法テラス**

☎0570-078374 www.houterasu.or.jp

問合せ内容に応じて解決に役立つ法制度や相談窓口に関する情報を案内します。経済的に余裕のない方を対象に無料の法律相談や弁護士費用等を立て替える制度があります(要件確認あり)。

サイバー犯罪の情報提供、相談窓口
警察または居住地のサイバー犯罪相談窓口

www.npa.go.jp/cyber/soudan.html




ネットトラブルの専門家に相談したい

人権問題の専門機関に相談したい

プロバイダ等に削除を促してほしい(民間機関)

有害情報も通報したい(民間機関)

迅速な助言 違法・有害情報相談センター (総務省)



www.ihaho.jp

相談者自身で行う削除依頼の方法などを迅速にアドバイスします。インターネットに関する技術や制度等の専門知識や経験を有する相談員が、人権侵害に限らず、様々な事案に対して幅広くアドバイスします。



削除要請・助言 人権相談 (法務省)



☎0570-003-110 www.jinken.go.jp

相談者自身で行う削除依頼の方法などの助言に加え、法務局が事案に応じてプロバイダ等に対する削除要請^(注)を行います。
※削除要請は専門的な知見を有する法務局が違法性を判断した上で行うものでありこの判断には時間を要する場合があります。




プロバイダへの連絡 誹謗中傷ホットライン



www.saferinternet.or.jp/bullying/

インターネット上の誹謗中傷について連絡を受け付け、一定の基準に該当すると判断したものについては、国内外のプロバイダに各社の利用規約等に沿った対応を促す連絡を行います。



迅速な削除の要請 セーフライン



www.safe-line.jp

インターネット上の違法情報や有害情報の通報を受け付け、国内外のサイトへの削除の要請や、警察等への通報を行います。リベンジポルノの被害に遭われた方、いじめの動画の通報も受け付けています。



サイトへの削除依頼 インターネット・ホットラインセンター(警察庁)



www.internethotline.jp

インターネット上の違法情報及び重要犯罪密接関連情報、自殺誘引等情報の通報を受け付け、ガイドラインに基づいて該当性の判断を行い、警察への情報提供とサイトへの削除依頼をします。



※上記機関以外に、一般的な情報セキュリティ(主にウイルスや不正アクセス)に関する技術的な相談に対してアドバイスを提供する窓口としてIPA「**情報セキュリティ安心相談窓口**」があります。

※上記のほか、学校や地方公共団体にある相談窓口も活用してください。

