

なや 悩んだり不安になったときの相談窓口

なや 悩みや不安を1人で抱えないで

明石市では、家族のお世話やお手伝いなどでしんどくなっても、誰にも相談できず、1人で悩んでいたり、困っている子どもをサポートしたいと思っています。もし、そのような悩みや不安があれば、周りの大人や、下の相談窓口にご相談してください。



ヤングケアラー相談ダイヤル (こども相談ダイヤル)

あなたの不安や悩みを聞いてくれます。
ひとりで悩まないで、まずはお電話してください。

相談できる日・時間
24時間365日相談できます。

連絡先
電話 078-926-2525
ファックス 078-926-2424
メールアドレス
soudan24@akashi-kosodate.jp



兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口

電話では話しにくい時、メールやLINEで相談できます。まずは友だち登録をしてください。

相談できる日・時間
月曜～金曜日 9:30～16:30

連絡先
電話 078-894-3989
メールアドレス yc@hacsw.or.jp
LINE アカウント



あかし保健所こころの相談ダイヤル

身体やこころのなやみでしんどい時に、電話や面接で専門の職員に相談できます(家族のことも相談できます)。

電話での相談ができる日・時間
月曜～金曜日 8:55～17:40

連絡先
電話 078-918-5401
ファックス 078-918-5440
WEBからの相談 <https://logoform.jp/form/eHmi/504324>
(相談フォームから相談できます)



児童生徒にかかわる教育相談

ヤングケアラーを含めて親子関係・不登校・いじめ・学校生活の悩みなどを相談できます。

電話で相談できる日・時間
月曜～金曜日 9:00～19:00
(面談は要予約)

連絡先
電話 078-918-5410
ファックス 078-918-5135