

# ほっといっぱく

令和7年5月27日発行

悩みは誰にでもあり、生きていく中で必ず生じるものなので、悩むこと自体は決して悪いことではありません。しかし、一人で悩みを解決しようとしてもできないこともあります。また、身近な人に悩みを打ち明けたら迷惑かも…って思い、つい、悩みを打ち明けることができないままになることもあります。悩みを抱えたままだとストレスが溜まりますので、体にとっていいとは言えません。

そんな時には第三者に相談する手段があります。

4月にもお伝えした通り、本校にも担任の他に以下の相談窓口があります。

- ・スクールカウンセラー（金曜日）
- ・スクールソーシャルワーカー（木曜日午後）
- ・カウンセリング指導員（毎日）

※予定が変更する場合があります。申し込む前に担任、カウンセリング指導員に一度確認をお願いします。

この他にも、高岡市内にも様々な相談窓口があります。

右の資料は高岡市教育センター内にある「少年なんでも相談所」の案内です。様々な悩みに対して相談員や医療専門相談員が電話相談。面接相談で対応されます。

裏面の資料は青少年相談窓口の案内です。悩みの分野に応じて様々な機関に電話相談することができます。

最近ではLINE等、SNSを使うものや、ネットミーティングを利用する相談窓口もみられ、相談の手段も多様化しているようです。自分に合った相談の仕方を探してみたいかがでしょう。例えば、下の順番で考えます。

- ① 今すぐなのか、後でもいいか
- ② 言葉による相談か文面による相談か
- ③ 対面式か非対面式か
- ④ 相談可能な時間帯なのかどうか
- ⑤ 相談場所に複数回通うことは可能か

悩んだ時、どうしても解決できない時、誰でも相談できる場があることを知っているだけで、安心して生活できると思います。今回の相談室だよりを見えるところに掲示してはいかがでしょうか。

相談することで、自分の考え方や癖、意外な長所に気がきます。また、問題を整理し、今の状況に適した考え方に切り換えることができれば、自分自身の成長につながる可能性がありますよ。



令和7年度

高岡市教育委員会  
高岡市少年育成センター

# 「少年なんでも相談」のお知らせ



相談専用電話 20-1653

子供や保護者、先生からの様々な悩みの相談をお受けします。  
相談を通して、よりよい支援を一緒に考えていきます。  
気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

こんな悩みの相談に相談員や医療専門相談員が応じます！

- \* 学校生活や学習に関する悩み
- \* 家庭生活に関する悩み
- \* からだと心に関する悩み
- \* 子供の問題行動や非行に関する悩み など

**対象者** 高岡市在住の未成年本人やその家族、学校の先生など

**相談方法** ・面接相談 ・電話相談

**相談日時**

- ・相談員による相談  
月曜日～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:00  
\* 祝日、年末年始は休み
- ・医療専門相談員(公認心理師・臨床心理士)による相談 \*要予約  
火曜日・金曜日 10:00～12:00、13:00～16:00  
\* 火曜日については、17:00まで面談を受け付ける日があります。  
詳細は電話で確認してください。

**問い合わせ先**

少年なんでも相談所  
TEL 0766-20-1653

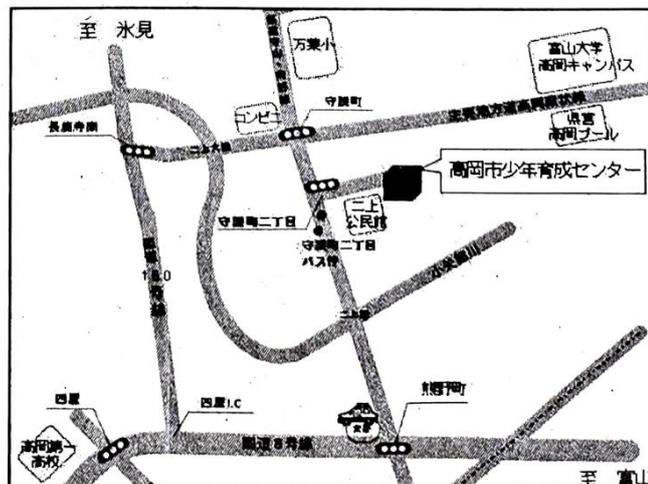
**所在地**

高岡市守護町2-4-9

**ホームページ**



【周辺地図】



# 令和7年度 青少年相談窓口のご案内

\*悩んでいませんか？ 本人、家族、どなたでも 気軽に電話してください。

高岡市教育委員会・高岡市青少年相談機関連絡会

## 1 学校生活、学習に関する相談は？

- ◆教育相談（西部教育事務所） 26-7830
- ◆不登校（適応指導教室） 20-1656
- ◆青少年の悩み（少年なんでも相談所） 20-1653
- ◆少年の悩みごと相談 0120-873-415  
（少年サポートセンター西部分室）携帯からは 0766-21-7867

## 2 家庭生活、からだと心に関する相談は？

- ◆からだや心の相談（高岡厚生センター） 26-8415
- ◆心の健康相談（健康増進課） 20-1345
- ◆教育相談（西部教育事務所） 26-7830
- ◆青少年の悩み（少年なんでも相談所） 20-1653
- ◆こども家庭相談（こども家庭センター） 20-1466
- ◆子育てテレフォン相談（高岡児童相談所） 25-8314



## 3 子育てについての相談は？

- ◆子育てテレフォン相談（高岡児童相談所） 25-8314
- ◆こども家庭相談（こども家庭センター） 20-1466
- ◆母子健康相談（健康増進課） 20-1344
- ◆からだや心の相談（高岡厚生センター） 26-8415

## 4 子供の問題行動、非行、犯罪被害についての相談は？

- ◆少年の悩みごと相談 0120-873-415  
（少年サポートセンター西部分室）携帯からは 0766-21-7867
- ◆子育てテレフォン相談（高岡児童相談所） 25-8314
- ◆青少年の悩み（少年なんでも相談所） 20-1653
- ◆消費者トラブル相談 20-1522  
（高岡市消費生活センター）

## 5 家庭や職場のトラブルに関する相談は？

- ◆DVの相談（高岡警察署） 23-0110
- ◆母子父子相談（子ども・子育て課） 20-1381
- ◆悩みごと相談（男女平等推進センター相談室） 20-1811  
（女性弁護士による無料法律相談も可能）

## 6 どこに相談すればいいのかわからない・・・困ったときの相談は？

- ◆青少年の悩み（少年なんでも相談所） 20-1653
- ◆子育てテレフォン相談（高岡児童相談所） 25-8314
- ◆こども家庭相談（こども家庭センター） 20-1466
- ◆市民相談全般（市民生活課） 20-1327  
（無料弁護士相談も可能）

# 高岡市内の相談機関一覧

\*「24時間対応」以外は、祝日、年末年始は休みです

相談機関	相談種別	電話	受付時間等
高岡警察署 あわら町1-5	DVの相談	23-0110	24時間対応
少年サポートセンター西部分室 あわら町1-5 高岡警察署内	少年の悩みごと相談 ヤングテレホンコーナー	0120-873-415 携帯電話からは 0766-21-7867	月～金 8:30～17:15
高岡児童相談所 赤祖父172-1	児童福祉 来所相談	21-2124	月～金 8:30～17:15 ※要予約(緊急時を除く)
	子育てテレホン相談	25-8314(専用)	24時間対応
高岡厚生センター 赤祖父211	からだや心の相談	26-8415	月～金 8:30～17:15
西部教育事務所 赤祖父211	教育相談	26-7830(専用) なやみゼロ	月～金 8:30～17:00 ※来所は要予約
高岡市教育センター 適応指導教室 守護町2-4-9	不登校等 不登校に関する相談 適応指導教室の見学など	20-1656(専用)	月～金 9:00～15:30 ※来所は要予約
高岡市少年育成センター 少年なんでも相談所 守護町2-4-9	青少年の悩み 対象は高岡市在住の未成年	20-1653(専用)	月～金(相談員) 9:00～12:00, 13:00～16:00 火・金(医療専門相談員 ※要予約) 10:00～12:00, 13:00～16:00 ※火について17時まで面談可 の日あり。電話にて要確認
高岡市役所健康増進課 本丸町7-25 保健センター内	健康相談 母子健康相談 心の健康相談	20-1344 20-1345	月～金 8:30～17:15
高岡市役所 こども家庭センター 広小路7-50	こども家庭相談 子育ての悩み、児童の養育 家庭生活など	20-1466	月～金 8:30～17:15
高岡市役所 子ども・子育て課 広小路7-50	母子父子相談 母子父子家庭の困りごと 自立支援など	20-1381	月～金 8:30～17:15
高岡市役所市民生活課 広小路7-50	市民相談全般	20-1327	月～金 8:30～17:15 ※弁護士相談は要予約
高岡市消費生活センター 市民生活課内	消費者トラブル相談	20-1522	月～金 9:00～17:00
高岡市男女平等推進センター 相談室 (配偶者暴力相談支援センター) 末広町1-7 ウイング・ウイング高岡6F	悩みごと相談 DV、家庭や職場の トラブルなど	20-1811	月・火・水・金 9:30～16:30 木 14:00～20:00 ※第4月曜は休み ※来所は要予約 ※女性弁護士相談は要予約