

ほっかいどう 親子のための 相談LINE

子育てが疲れた
うまくいかない

きょうだいや家族の
お世話が大変…
自分の時間がない

イライラして
子どもを叩いて
しまいそう…

親や家族のことで
悩んでいる
話を聞いてほしい



QRコードで友達
登録をお願いします。
(厚生労働省全国共通アカウント)

相談は無料です

秘密は守ります※

匿名での相談OK

※身体や命に危険があると判断したときなど緊急の場合は、関係機関に連絡して安全を確保する場合があります。

対象

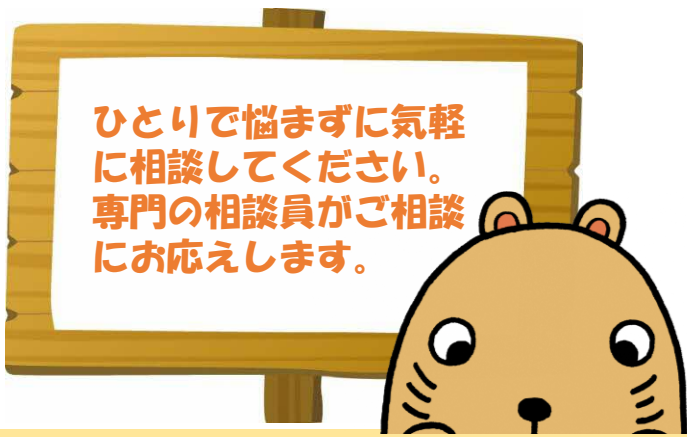
道内（札幌市を除く）にお住まいの子ども
・保護者など

相談受付時間

平日・午前9時～午後5時

お問合せ先

北海道保健福祉部子ども子育て支援課
TEL：011-204-5237



ひとりで悩まずに気軽に
相談してください。
専門の相談員がご相談
にお応えします。

急ぎのご相談は、下記の電話相談をご利用ください。管轄の児童相談所につながります。※毎日・24時間・通話料無料

虐待かもと思ったら

いち早く

子育てに悩んだら

いち早く なやみを

児童相談所
虐待対応ダイヤル

189

児童相談所
相談専用ダイヤル

0120-189-783

主な相談窓口一覧

児童相談所

| 機関名 | 住所 | 連絡先 | 管轄管内 |
|----------|-------------------|--------------|----------------------|
| 中央児童相談所 | 札幌市中央区円山西町2丁目1-1 | 011-631-0301 | 石狩(札幌市を除く)・後志管内の各市町村 |
| 旭川児童相談所 | 旭川市10条通11丁目 | 0166-23-8195 | 上川・留萌管内の各市町村 |
| 稚内分室 | 稚内市潮見1丁目11 | 0162-32-6171 | 宗谷管内の各市町村 |
| 帯広児童相談所 | 帯広市東1条南1丁目1-2 | 0155-22-5100 | 十勝管内の各市町村 |
| 釧路児童相談所 | 釧路市桜ヶ岡1丁目4-32 | 0154-92-3717 | 釧路・根室管内の各市町村 |
| 函館児童相談所 | 函館市中島町37-8 | 0138-54-4152 | 渡島・檜山管内の各市町村 |
| 北見児童相談所 | 北見市東陵町36-3 | 0157-24-3498 | オホーツク管内の各市町村 |
| 岩見沢児童相談所 | 岩見沢市鳩ヶ丘1丁目9-16 | 0126-22-1119 | 空知管内の各市町村 |
| 室蘭児童相談所 | 室蘭市寿町1丁目6-12 | 0143-44-4152 | 室蘭・登別・伊達市、豊浦・洞爺湖・壮瞥町 |
| 苫小牧分室 | 苫小牧市双葉町3丁目7-2 | 0144-61-1882 | 胆振管内(上記除く)、日高管内の各市町村 |
| 札幌市児童相談所 | 札幌市中央区北7条西26丁目1-1 | 011-622-8630 | 札幌市 |

児童家庭支援センター（相談受付：毎日・24時間）

| 機関名 | 住所 | 連絡先 | 管轄管内 |
|---------------------|----------------------|--------------|----------------------|
| エンゼルキッズこども家庭支援センター | 北広島市中央4丁目5番地7 | 011-372-8341 | 石狩(札幌市を除く)・後志管内の各市町村 |
| 児童家庭支援センターくるみ | 函館市亀田中野町38番地11 | 0138-46-5095 | 渡島・檜山管内の各市町村 |
| 光が丘子ども家庭支援センター | 岩見沢市春日町2丁目3-7 | 0126-22-4486 | 空知管内の各市町村 |
| 美深子ども家庭支援センター | 中川郡美深町字敷島283番地 | 01656-9-2500 | 上川・宗谷・留萌管内の各市町村 |
| 子ども家庭支援センターオホーツク | 紋別郡遠軽町生田原伊吹46番地3 | 0158-45-3211 | オホーツク管内の各市町村 |
| いぶりひだか児童家庭支援センターしずく | 苫小牧市元町2丁目4-3 | 0144-84-3780 | 胆振・日高管内の各市町村 |
| 十勝子ども家庭支援センター | 帯広市東9条南21丁目1番地9 | 0155-22-3322 | 十勝管内の各市町村 |
| 釧路こども家庭支援センター | 釧路市旭町16-5 | 0154-32-1150 | 釧路・根室管内の各市町村 |
| 興正こども家庭支援センター | 札幌市北区新琴似4条9丁目1番1号 | 011-765-1000 | 札幌市 |
| 羊ヶ丘児童家庭支援センター | 札幌市豊平区月寒東1条17丁目4番33号 | 011-854-2415 | 札幌市 |
| 札幌南こども家庭支援センター | 札幌市南区藤野6条2丁目427番地4 | 011-591-2200 | 札幌市 |
| 札幌乳児院児童家庭支援センター | 札幌市白石区川北2254番地1 | 011-879-6264 | 札幌市 |
| はくよう児童家庭支援センター | 札幌市西区平和3条7丁目3番47号 | 011-676-5208 | 札幌市 |
| なんそうえん子ども家庭支援センター | 札幌市中央区界川1丁目6番14号 | 011-561-0783 | 札幌市 (R5.4開設) |



詳しくは

北海道 親子のための相談LINE

検索