

中学生の理解のために



富山県教育委員会

は じ め に

保護者の皆様は、子供たちの健やかな成長を願って、時には悩みながら、いろいろな思いを抱えて子育てをされていることと思います。

子供たちがたくましく、心豊かに育ち、充実した中学校生活を送ることができるようにするため、保護者として何をしたらよいのでしょうか。

この「中学生の理解のために」は、保護者の皆様に家庭教育や子育て、しつけについて大切だと思われることや、考えていただきたいことをまとめたものです。

子供を育てることは大変なことです、成長する子供の様子を見守ることは、保護者として大きな喜びであり、楽しみでもあります。

この「中学生の理解のために」が、中学生の時期の子供たちに対する理解を深める一助となり、家庭と学校とが手を取り合い、子供たちのさらなる成長を支援する架け橋となれば幸いです。

中学生の理解のために

- 1 中学生の特徴 1
 - (1) 心も身体も大人へと成長する
 - (2) 自立が始まる
 - (3) 対人関係に変化が表れる
- 2 健やかな成長を願って 3
 - (1) 愛情豊かな家庭をつくりましょう
 - (2) 豊かな心を育みましょう
 - (3) 自律心を育みましょう
 - (4) 規則正しい生活習慣を身に付けさせましょう
 - (5) 子供の「困難さ」に寄り添いましょう
 - (6) 地域の一員としての自覚をもたせましょう
- 3 気になる行動への対応 8
 - (1) 見逃さないで！ 非行の兆し
 - (2) 育てよう！ 正しい判断力
 - (3) 万引きや自転車盗は犯罪！
 - (4) ストップ！ 飲酒・喫煙
 - (5) 「ダメ。ゼッタイ。」薬物乱用
- 4 いじめ・不登校への対応 11
 - (1) いじめへの対応
 - (2) 不登校への対応
 - (3) SOSに気づき、受け止める
- 5 子供を守る 18
 - (1) 交通事故から守る
 - (2) 不審者から守る
 - (3) 心の危機から守る
 - (4) 虐待から守る
 - (5) 性被害から守る
 - (6) 「スクール・セクハラ」から守る

6	<u>インターネットの危険性とその対策</u>	23
	(1) スマホ等の過度な使用による日常生活への支障	
	(2) メッセージアプリ等での悪口や仲間はずれ	
	(3) ネットで知り合った人による性犯罪被害	
	(4) SNS等への投稿内容から個人の特定	
	(5) ゲームに夢中になっている最中に生じた高額課金	
資料1	<u>児童の権利について</u>	30
資料2	<u>いじめ防止対策について</u>	31
資料3	<u>性的マイノリティについて</u>	31
資料4	<u>困ったときの相談窓口（県内の主な相談機関）</u> ..	32

1 中学生の特徴

(1) 心も身体も大人へと成長する

○ 身体の急激な成長

子供の身体は、思春期を迎えると、急激に成長します。この時期を発育急進期といい、男女それぞれの体つきや機能に特徴的な変化が見られるようになります。この変化は、一般的に女子の方が男子より早くに來ますが、時期や程度には個人差があります。

○ 心の急激な変化

急激な身体の変化は、心の面にも大きな影響を及ぼし、身体の成長と心の成長のバランスが崩れ、心が不安定になりやすい時期になります。

このようなとき、身近な相談相手としての保護者の存在は大変重要です。普段から子供が話しやすい雰囲気をつくり、相談をもちかけられたときは、まず、じっくり話を聴くように心がけてください。

また、子供が心の問題を抱えたときや言葉で伝えることができないときには、次のような身体的なサインや行動が現れることがあります。

- ◇ 身体…腹痛 吐き気 下痢 食欲不振 めまい 頭痛 倦怠感 等
- ◇ 行動…過食 拒食 不眠 いらだち 自傷行為 等

(2) 自立が始まる

この時期の子供たちは、自分はどのような人間なのかを考え始めたり、他人の目が気になったりします。様々な葛藤の中で、自分の生き方を探しはじめ、次のような傾向が見られるようになります。

- ◇ 将来の目標を立て、その目標に向かって努力する。
- ◇ 理屈っぽくなり、自分の主張を押し通そうとする。
- ◇ 家族と一緒に外出することを嫌がる。

子供の自立や親離れが始まると、小学生のときに見られなかったような反抗的な態度をとることがあります。このようなときには、頭ごなしに抑えついたり説教をしたりすることは控え、子供の内面的な成長を理解しながら、温かく見守ることが大切となります。腫れ物にさわるように接するのではなく、子供と正面から向き合い、じっくり子供の話を聴きながら対話することで、子供自身が考え、自立につながっていきます。

(3) 対人関係に変化が表れる

○ 仲間や友達の存在が大きく影響

この時期の子供たちは、家族を含む周りの大人をうとましく感じ、家族よりも友達同士の関係を優先することがあります。保護者としては、子供の交友関係が心配になり、いろいろと聞き出しくなります。しかし、聞き出そうとすればするほど、子供は口をつぐんでしまいがちになります。普段から家族での会話を大切にして、交友関係を把握するように心がけましょう。

○ 性意識の変化

思春期になると、身体の成熟に伴って、性意識にも変化が現れます。性的欲求が強くなり、性衝動が生じて戸惑うこともあります。また、異性への関心や、友情とは違う感情も芽生えてきます。

例えば、次のような意識の変化が現れます。

- ◇ 髪型や服装に関心をもつようになる。
- ◇ 異性や特定の人にあこがれの気持ちを示したり、反発したりするようになる。
- ◇ 性的な写真や記事等に関心を示すようになる。

2 健やかな成長を願って

(1) 愛情豊かな家庭をつくりましょう

○ 明るく温かい家庭をつくる

「ただいま」「お帰りなさい」など日常の短い挨拶の中でも、子供は敏感に大人の心を読み取ります。家族の表情が明るければ子供も明るくなり、家族に悩みごとがあれば子供も心配し、暗い表情になります。

家庭では、家族全員がいたわり合いながら仲良く過ごし、子供が安心して落ち着いた生活ができるよう、温かい雰囲気づくりに努めましょう。

○ 家庭で助け合う

楽しい家庭は、家族全員が協力し合うことによって築かれるものです。子供に、部屋の掃除や食事の支度等、家族の一員として責任のある役割(仕事)を与え、継続して実践させましょう。家事を分担し、子供に感謝の思いを伝えることにより、子供に責任感や「自分も役に立っている」という有用感を育むことができます。

また、家族全員で食卓を囲むことにより、家庭の温もりや家族の愛情が伝わり、気持ちが安定し、家庭が安心して過ごせる居場所となります。

○ コミュニケーションをとる

この時期の子供の心は、自立と依存との間で揺れ動いています。子供が悩んでいるときは、子供の思いや考えをよく聴き、自分で解決できるように助言しましょう。

また、子供のよい点を見つけて励ますことも大切です。子供の考えや行動のよさを認めたり、頑張っている姿を褒めたりすることにより、子供は自信をもって積極的に物事に取り組めるようになります。



(2) 豊かな心を育みましょう

○ いのちの尊さに気付かせる

様々な機会を通して、いのちは尊いものであることを教えましょう。凶悪な場面を連想させるマンガやゲーム、動画等の仮想の世界でつくり上げられた死に慣れ、いのちの重さや尊さを感じにくくなっている子供が増えていると言われています。

動植物を育てたり、自分の成長ぶりを見つめたりすることを通して、生きる喜びを実感できるようにしましょう。また、身近な人やペットを失う気持ちを想像させるなど、限りある命の尊さ等について、日頃から話し合しましょう。

○ 人権意識の大切さに気付かせる

インターネットやSNS等による人権侵害や誹謗中傷、様々な差別や偏見が社会問題となっています。親として、そのようなことが人間として恥ずかしい行為であることを教える責任があります。まず、親自身が偏見をもたず、差別をしない、許さないということを示しましょう。

自他のいのちを大切にし、お互いの人権を尊重する心や他人を思いやる心、美しいものや自然に感動する心等を、ぜひ育てていきましょう。



富山県教育委員会では、「いのち」という言葉に、かけがえのない「生命」と人間としてよりよく生きようとする「生き方」という二つの意味を込めています。

参考:富山県教育委員会「幼・小・中学校教育指導の重点」

(3) 自律心を育みましょう

○ 家庭のルールを一緒に作り上げる

子供は、家庭のルールや約束を守ったり破ったりしながら、人間関係や社会のルールの大切さを学んでいきます。

家庭のルールには、挨拶等の生活上のものもあれば、うそをつかないなどの道徳上のルールもあります。子供が正しく判断できる力を付けるためにも、家族で相談して一緒にルールをつくり、家族みんなで守るようにしましょう。



○ 子供の言いなりにならない

例えば、子供にねだられるまま、物やお金を与えていないでしょうか。安易に与えすぎると、子供は手に入れるために努力したり、工夫したりすることができなくなります。そして、自分の気持ちを抑えられなくなってしまいます。

なぜ必要なのか、子供と話す機会をもちましょう。また、物を大切にすること、我慢すること、お金を計画的に使うことを身に付けさせましょう。

保護者が、一貫した態度で子供を諭し、励まし、考えさせることが大切です。時と場に応じて何が適切であるかを判断させましょう。



(4) 規則正しい生活習慣を身に付けさせましょう

○ 毎日しっかり朝食を食べさせる

朝食を抜くと、体を動かすエネルギーを取り入れていないために、体が重く、だるさや疲労感が残って元気が出ません。また、脳の働きが活性化せず、物事に集中できなくなるなど、様々な不調の原因になります。栄養バランスのとれた朝食を毎日食べる習慣を付けることが大切です。



○ 必要な睡眠時間をしっかり確保させる

夜更かしによって睡眠が不足したり、体内時計が夜型化したりすると、頭や身体が十分に働かなくなり、その状態が続くと疲れがたまりやすくなります。また、睡眠不足は、やる気やイライラ等、感情をコントロールする力や人の気持ちを理解する能力を低下させるほか、子供の脳の発達にも影響することが分かっています。

毎日決まった時間に起きる、寝る、学習するなどの生活リズムを整えることを心がけたいものです。



(5) 子供の「困難さ」に寄り添いましょう

子供が、「友達とコミュニケーションがうまくとれない」「落ち着いて授業が受けられない」「漢字や英単語がなかなか覚えられない」など、日頃の学校生活の困難さを訴える場合は、発達障害がその理由の一つかもしれません。

発達障害による子供の困難さが理解されず、適切な支援を受けられなかったことが原因で、トラブルが発生したり、学校が嫌いになったりする場合もあります。しかし、これらは生まれつきのものであり、子育ての仕方にあるわけではありません。また、発達障害は障害の困難さも目立ちますが、優れた能力が発揮されている場合もあり、周りから見てアンバランスな様子が理解されにくいものです。

子供の発達や行動について気にかかることがあれば、家庭で抱え込むことなく、学校や地域の発達相談の窓口(p32～33 [資料4「困ったときの相談窓口」](#)参照)に相談してみましょう。専門的なアドバイスを受け、効果的な働きかけをすることによって、子供が困っている状態の改善が期待されます。

(6) 地域の一員としての自覚をもたせましょう

○ 地域の行事と一緒に参加する

私たちの生活は、地域の人々に支えられて成り立っています。日頃から隣近所の人々との積極的な付き合いを心がけ、困ったときには互いに助け合うことの大切さを教えましょう。

また、地域の伝統行事や町内会の奉仕活動、住民運動会等には、家族で参加するようにしましょう。

このような地域での交流を通して、社会の一員としての自覚が高まります。



3 気になる行動への対応

(1) 見逃さないで！ 非行の兆し

非行に走る前、子供たちは必ず何らかのサインを発します。

子供に以下のような様子が見られたら、できるだけ早く学校に相談しましょう。

- ◇ 心身の不調を訴える。
- ◇ ささいなことに過度に興奮する。
- ◇ 突然、成績が下がる。
- ◇ 登校を渋る。
- ◇ 帰宅時刻が遅くなる。
- ◇ 夜中に外出したり、外泊したりする。
- ◇ 派手な服装や化粧をするようになる。
- ◇ 与えていないお金や物を持っている。
- ◇ 言葉遣いが乱暴になり、反抗的になる。



(2) 育てよう！ 正しい判断力

正しい判断力を育てることは、子供を非行から守る上でとても大切です。愛情をもって子供に接し、冷静に正しく判断して行動する習慣を身に付けさせましょう。

- ◇ 「いけないこと」は叱り、「できないこと」は怒らない。
- ◇ 「自分は大切な存在」と思える気持ち育てる。
- ◇ 間違った行為をしたときは、行為の非を諭す。
- ◇ 自分の言動に責任をもたせる。
- ◇ 偏見や差別を許さない心を育てる。
- ◇ 規範意識を育てる。



(3) 万引きや自転車盗は犯罪！

「スリルや刺激を求めて」「ゲーム感覚で」「仲間もしているから」といった理由で万引きや自転車盗等をする子供がいます。このような感覚や行為は、非行の始まりであり、早急に対応しなければなりません。



- ◇ 子供に「悪いことは悪い」とはっきり伝え、万引きや自転車盗は「窃盗」であり、犯罪であることを教えましょう。
- ◇ 子供が万引き等をしてしまったときは、本気で叱り、迷惑をかけた相手に子供と一緒に謝罪しましょう。子供には、なぜいけないのかを理解させ、心からの反省を促し、二度と同じ行為をしないという決意をもたせましょう。

※ 放置してある自転車に乗ることも「占有離脱物横領」という犯罪になります。

(4) ストップ！ 飲酒・喫煙

20歳未満の者の飲酒・喫煙は法律で禁止されており、20歳未満と知りながら行為を止めなかった保護者や販売者等も罰せられます。

また、飲酒・喫煙から生活が乱れ、薬物乱用等の行為に発展することもあります。

保護者の責任として、子供の飲酒・喫煙は絶対に許さないという態度を明確に示すことが大切です。

- ◇ 子供の飲酒・喫煙から目をそらしたり、少しぐらいならよいと見逃したりせずに、これらの行為が法律違反であることや、成長期の身体に有害であることを、子供が納得できるまで詳しく説明しましょう。

(5) 「ダメ。ゼッタイ。」薬物乱用

薬物の乱用が、青少年の間に広がってきています。その背景には、インターネットやスマートフォン等から簡単に手に入るようになったり、「ダイエットに効く」「記憶力がよくなる」「寝ないで勉強できる」という誤解から罪悪感が薄くなったりしていることなどがあります。薬物は、1回の使用でも乱用といえます。

○ 薬物依存

薬物乱用を繰り返すと、身体に禁断症状が現れたり、また使いたいという強い思いが抑えられなくなったりします。また、一旦やめて治ったようでも、小さなストレス等がきっかけとなって、幻覚や妄想等が突然現れるフラッシュバック現象が起こることがあります。



○ 危険ドラッグ

覚せい剤や大麻等と同様の、又はそれ以上の薬理作用がある危険な物質です。最近は「お香」「アロマオイル」「合法ハーブ」等、呼び名も外見も危険だと感じにくいものとして売られています。危険ドラッグを使用したことによる深刻な事件も多く発生しています。

○ オーバードーズ

精神的な苦痛から逃れようと、ドラッグストア等で買える咳止め薬等を大量に摂取する行為です。内臓にも大きな負担がかかり、機能低下を含めた悪影響が起こる可能性もあるほか、一度依存するとなかなか自身で離脱することは難しくなります。

- ◇ 心身や人生を壊してしまうことや、本人だけでなく、周りの人の苦悩も大きいことなどについて、日頃から親子で話し合しましょう。
- ◇ 好奇心や仲間との付き合い、プレッシャーからの逃避等が乱用のきっかけとなっています。子供の生活態度や持ち物、友人関係等に気を配りましょう。

※ 薬物の問題は、保護者だけでは解決できないことが多いです。早めに学校や警察、富山県心の健康センター等に相談してください。

(p32～33 [資料4「困ったときの相談窓口」](#) 参照)

4 いじめ・不登校への対応

(1) いじめへの対応

「いじめ」は、どの子供にも、どの学校でも起こりうるものです。

小中学生への6年間のいじめの追跡調査

「仲間はずれ、無視、陰口」

された経験がある・・・9割 した経験がある・・・9割

〈国立教育政策研究所いじめ追跡調査 2016～2018〉

※ 2018年度の中学校3年生が2013年度の小学校4年生時からの6年間で経験した回数の結果。

しかし、いじめは人間として絶対に許されない行為です。

子供をいじめから守るためには、また子供にいじめをさせないためには、学校・家庭・地域が互いに連携を深め、それぞれの役割を果たしていくことが重要です。

家庭では、子供と触れ合う時間を大切にし、家族全員で子供の変化を感じ取ってください。いじめが起きている場合は、必ず子供の言動に変化があります。もし、いつもと様子が違うなど「いじめ」のサインに気付いたら、家庭だけで抱え込まずに、まず学校に相談してください。

いじめられている子供のサイン<例>

朝起きてこない。布団からなかなか出てこない。

学校や友達の話題が減る。

学校で使う物や持ち物がなくなったり、こわれたりしている。

朝になると体の具合が悪いと言い、学校を休みたがる。



服がよごれていたり、やぶれていたりする。

自分の部屋に閉じこもる時間が増える。

スマートフォンやメールの着信音におびえる。

家からお金を持ち出したり、必要以上のお金をほしがったりする。

親しい友達が遊びに来ない、遊びに行かない。

◇「いじめ」とは [「いじめ防止対策推進法](#)（第2条）より」◇

児童等に対して、当該児童等が在籍する学校に在籍している等当該児童等と一定の人的関係にある他の児童等が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものを含む。）であって、当該行為の対象となった児童等が心身の苦痛を感じているものをいう。

○ **言葉の攻撃**

- ・冷やかしかからかい、悪口や脅し文句、嫌なことを言われる。

○ **身体への攻撃**

- ・軽くぶつかられたり、遊ぶふりをしてたたかれたりする。
- ・ひどくぶつかられたり、たたかれたり、蹴られたりする。

○ **その他の攻撃**

- ・仲間はずれにされたり、集団で無視をされたりする。
- ・金品をたかられる。
- ・金品を隠されたり、盗まれたり、壊されたり、捨てられたりする。
- ・嫌なことや恥ずかしいこと、危険なことをされたり、させられたりする。
- ・パソコンや携帯電話等で、誹謗・中傷や嫌なことをされる。

いじめに気付いたときは、家庭だけで抱え込まず、まずは学校に相談しましょう。家庭においては、子供たち一人一人が、どれほどかけがえない存在であるかということについて、常に語り伝えてください。

いじめの防止、早期発見、適切な対応により、「子供の笑顔が輝く毎日」となるよう、社会全体で子供たちを見守り、育んでいきましょう。

【いじめ防止対策推進法】（第9条）保護者の責務

保護者は、子の教育について第一義的責任を有するものであって、その保護する児童等がいじめを行うことのないよう、当該児童等に対し、規範意識を養うための指導その他の必要な指導を行うよう努めるものとする。

参考：[「いじめ防止対策推進法」（H25制定）](#)

[「富山県いじめ防止基本方針」](#)

いじめ対応のポイント

○ いじめを受けていると感じたら…

- ◇ 「私たちはあなたの味方」「全力で守るから、何かあったら言ってほしい」などの、子供の生命と身体を守るというメッセージを伝えます。
- ◇ つらく、悲しく、くやしい気持ちに寄り添い、子供が話し出したら、「それはくやしかったね。そうされたら、誰でもそんな気持ちになるよ」と本人の思いを受け止めます。
- ◇ 子供の意思を尊重し、いじめの解決に向け必要なことを話し合います。

○ いじめを行っていると感じたら…

- ◇ いじめられている子供の苦しみや痛みは深刻であることを理解させ、「いじめることはどんな理由があっても決して許されない行為である」ことを伝えます。
- ◇ 被害者に親子で謝罪し、親が真剣に謝る姿を子供に見せましょう。
- ◇ いじめをやめる勇気をもつことの大切さを伝え、「いじめを繰り返さない」という気持ちになるまで寄り添います。
- ◇ いじめている子供の多くは、様々なストレスを抱えていると言われています。子供の心が安らぐ明るく楽しい家庭になっているかを振り返り、いじめの背景にある子供の不安や悩みについて一緒に考えるようにしましょう。

○ 学級や学校でいじめがあるのではないかと感じたら…

- ◇ いじめの場面で、はやし立てたり、見て見ぬふりをしたりすることは、いじめを深刻化させることを理解させましょう。
- ◇ 子供が、いじめの周囲にいることを確認した場合は、子供の気持ちを聞き取り、受け止めるとともに、学校に相談しましょう。

**「いじめ」は人間として、決して許されない行為です。
「いじめ」を許さない心を育てましょう。**

参考：「改訂版 いじめ対応ハンドブック」

(2) 不登校への対応

不登校の現状

令和5年度に富山県の国公立小・中学校で30日以上欠席した不登校児童生徒数は2,641人でした。

不登校児童生徒数は学年が進むにつれて多くなっており、中学校入学後に大きく増加しています。また、その状態が長引くなど気がかりな状況にあります。

不登校の要因は、学習や友人関係、生活等への無気力や不安、生活リズムの乱れ、親子の接し方や家庭の生活環境の急激な変化等、様々です。中学校という新しい環境に飛び込む子供たちにとって、小学校と中学校の違いは、時として大きく感じられ、そのことが不安になる要因の一つとなることもあります。

中学校では、複数の小学校から子供たちが集まってくることが多いため、新しい人間関係がうまくつくれなかったり、部活動等で先輩との関係がうまくいかなかったりするなど、悩みが多くなります。また、教科担任制、定期考査等の小学校にはなかった学習様式になじめず、学習内容の難しさもあって学業不振が本人のストレスになることがあります。

特に1年生は、がんばっていた疲れが5月から6月にかけて出る傾向があります。また、長期休業のおわりに不安定になる傾向も見られます。

○教育機会確保法

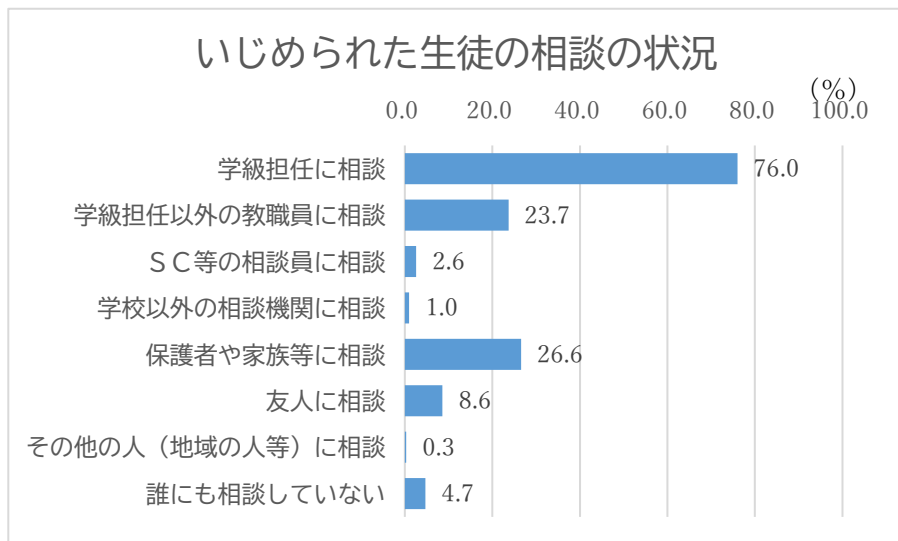
2016年(平成28年)に成立した「教育機会確保法(義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する法律)」は、学校や教室に行きづらい子供に、学校外での多様な学びの場を提供することを目的としたものです。富山県では、教育支援センター(適応指導教室)が各市町に設置されているとともに、フリースクール等民間施設も増えています。学校と連携しながら、自分に合った場所やペースで学びやすい学校以外での居場所づくりが進められています。

参考：[「義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する法律」\(H28制定\)](#)

[「不登校児童生徒支援の手引き\(ガイド\)」](#)

(3) SOSに気づき、受け止める

下の資料は、いじめられた子供の相談の状況を示した調査結果です。



(令和5年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査)
数値は全国(中学校)、複数回答可

子供がSOSを発するとき、いじめの被害にあっているときにとどまりませんが、この資料を手がかりにすると、教職員や保護者・家族等が子供の相談に乗っていることが分かります。一方で、「誰にも相談していない」子供もあり、中には、自分の思いや考えを発信することが苦手な子供もいます。周りの大人たちが、子供から表出される様々なSOSのサインに、積極的に気付こうとする姿勢が重要です。

日常生活の中で見え隠れする子供たちの様子や言動を手がかりとし、SOSを見逃さず、適切に対処するために、SOSのサインの背後に見える子供の状況について考えてみましょう。

SOSのサイン？	可能性として…
学校では、頭痛や腹痛を訴えて頻繁に保健室を利用する。遅刻や早退が増えた。	何らかの問題を抱えていて、それが引き金となって身体症状に表れている。
学校では、いつも先生のそばにいて先生の手伝いをしている。	親しかった友達と疎遠になる等、人間関係に変化が生じている。
宿題が提出できなくなったり、提出物が遅れがちになったりした。持ち物の忘れ物が増えた。	学習意欲や登校意欲を失いかけている。家庭での役割を負担に感じている、大人からの支援が不足したりしている。
「どうせ自分は…」 「がんばっても意味がない」 など、自分を否定するような発言をする。	何らかの原因により、自尊心や自己肯定感が低下している。
家庭では、自分の部屋にこもる時間が極端に長くなっている。	(年齢が上がるにつれて自然なことでもあるが、) あえて家族を避けていたり、家族に隠れてしたいことがあったりする。
家庭で家族と目を合わせなくなったり返事が素っ気なくなったりした。	心の中に不安や不満があり、家族とのコミュニケーションを楽しむ余裕がなくなっている。
家庭では、弟や妹につらく当たったり、いじめたりする。	ストレスや不満のはけ口として、自分より弱い存在を見付け、攻撃している。
家庭では、急に痩せたり体重をとっても気にしたりしている。	学校で体型や容姿に関して悪口を言われる等のいじめを受けている。
身だしなみを気にしなくなった。友達の話をしなくなった。友達と一緒に遊ばなくなった。	学校生活や友人関係において何らかのトラブルを抱えている。
親の言葉に「うるさい」「死ね」等の暴言を吐くことがある。	自分の話を聞いてもらえない、本当は互いにわかりたいのに分かり合えない苦しさ表れている。

SOSかな？と思ったら

学校や家庭で、もし気になる言動があった場合でも、頭ごなしに叱るのではなく、その背後にある子供の思いや気持ちを推察し、「自分を理解してほしい」というSOSの声が形を変えたものと受け止めるようにしましょう。

家庭において、SOSのサインやいつもと違う様子が気が付いたら、ためらわずに学校に相談しましょう。学校や家庭での様子について、子供とかかわる大人（先生や保護者等）が情報交換することで、多様な視点に基づいた支援につながっていきます。

登校を渋り、学校を休み始めたら

大人が不安やいらいらを感じていると、子供は、敏感に察します。子供の心の安定を図るため、あせらずにゆとりをもって見守りしましょう。

- ◇ 焦らず、まず子供の話をよく聞いて、学校へ行きたくない気持ちを理解し、受け止めるように努めましょう。
- ◇ 子供の不安が大きいときは、そばにいる時間を増やすようにしましょう。
- ◇ 不安や悩みを家族だけで抱え込まないで、専門機関に相談しましょう。（p33～34 [資料4「困ったときの相談窓口」](#)参照）

登校を渋る要因は様々です。しばらく学校を休むことになってしまっても、子供によってはその時期が心身を休めたり、自分を見つめ直したりするなどの積極的な意味をもつこともあります。

学校では、一人一人の要因や背景を的確に把握し、適切に対応するために、スクールカウンセラー等の専門家と連携・協力する中心的な役割を果たす教員を位置付け、支援に努めています。



5 子供を守る

(1) 交通事故から守る

自転車に乗る機会の多い中学生は、交通事故の被害者となる確率が高くなります。道路交通法の改正により、自転車に乗る際に、全ての自転車運転者に対して、乗車用ヘルメットの着用の努力義務が課されました。（令和5年4月1日施行）

ヘルメットを着用していたおかげで、軽傷で済んだ事故も少なくありません。ヘルメットの着用を習慣付けさせましょう。



また、自転車を運転する中学生が加害者になるケースもあります。一時停止による左右の安全確認、並進や二人乗りの禁止等の交通ルールをきちんと守ることや、ライトやブレーキを整備しておくことの大切さを繰り返し教えましょう。

歩行者として、横断歩道を渡る時には、横断する意思を明確に表しましょう。（ハンドサインの実践）

※ 道路交通法上、自転車は車両の一種（軽車両）です。事故により相手にけがを負わせると、自転車利用者には、民事上の損害賠償責任のほかに、刑事上の責任が発生する場合があります。

※ 自転車運転中の携帯電話、スマートフォン、イヤホンの使用は禁止です。

絶対にやめましょう！「ながらスマホ」

自転車運転中に、スマートフォンの画面を見たり、操作したりする、いわゆる「ながらスマホ」が原因となる交通事故の発生が後を絶ちません。

とても危険な行為であるだけでなく、令和6年11月1日から道路交通法が改正され、罰則が適用される対象にもなりました。自転車運転中のスマートフォン等の利用は絶対にやめましょう。



（参考）警視庁交通安全情報

(2) 不審者から守る

不審者による子供の被害には、次のようなものがあり、年々、その被害は拡大しています。

- ・声かけやつきまとい、連れまわし、誘拐
- ・わいせつな行為、痴漢行為
- ・スマートフォンを利用した盗撮 等



※ 子供から不審者を見かけたという話を聞いたら、直ちに警察、学校に連絡してください。不審者の特徴や自動車のナンバー等が分かれば、被害の拡大を防ぐことができます。可能であれば、メモをとっておくようにしましょう。

不審者と出会ったら「きょうは、いかのおすし」

- ◇ きょりをとる・・・不審者や不審な車とのきょりをとる。
- ◇ うしろに気を付ける・・・うしろから不審者や不審な車が来ないか注意する。
- ◇ はやめに帰宅する・・・暗くなる前にはやめに帰宅する。
- ◇ いかない・・・知らない人についていかない。
- ◇ のらない・・・車に乗るよう誘われても絶対にのらない。
- ◇ おお声を出す・・・「助けて！」とおおきな声で叫ぶ。
- ◇ すぐ逃げる・・・勇気を出してすぐ逃げる。
- ◇ しらせる・・・警察や学校にしらせる。

(参考) 富山県警察

また、様々な手口を使って、友達の名前や電話番号を聞き出そうとしたり、高額な品物を売りつけようとしたりする不審な電話がかかってくる場合があります。

不審な電話を受けたときは、警察や学校に連絡するなど、早期に対応することで、被害の拡大を防ぐことができます。家庭でも、不審な電話への対応について話し合っておきましょう。



(3) 心の危機から守る

思春期は精神的に傷付きやすく、悩みを一人で抱えることが多くあります。そのような心の状態のときに、子供たちが自ら命を絶つ行為に至らないよう、周りの大人が見守っていくことが大切です。

○ 追い詰められる子供の心理とは？

自殺はある日突然起こるというよりも、長い時間かかって徐々に危険な心理状態になっていくのが一般的です。

① 強い孤立感

誰も助けてくれないという心理状態で、殻に閉じこもっている。

② 無価値観

「自分なんかいない方がいい」といった考えが拭いきれない。

③ 怒りの感情

怒りを他者や社会にぶつける。怒りが自分に向くと自殺への危険が高まる。

④ 苦しみが永遠に続くという思い込み

自分の苦しみが永遠に続くと思ひ込み、絶望的になる。

⑤ 心理的視野狭窄

自殺以外の解決方法が思い浮かばなくなる心理状態。

○ 心の危機に陥ったときのサインは？

普段と違った変化が現れた場合には、注意を払う必要があります。「自殺のほのめかし」「行動、性格、身なりの突然の変化」「家出」「自傷行為（リストカット等）」「アルコールや薬物の乱用」等

○ 対応の原則は？

危機が高まった子供には、次の **TALK** の原則が求められます。

Tell : 言葉にして心配していることを伝える。

“とてもあなたが心配だわ”

Ask : 「死にたい」という気持ちの背景について尋ねる。

“どんな時に死にたいと思ってしまうの？”

Listen : 絶望的な気持ちを傾聴する。

Keep safe : 安全を確保する。一人で抱え込ませない。

(4) 虐待から守る

虐待は、子供の心や体を傷つけ、子供の健やかな発育や発達に悪い影響を与えます。虐待は、次の世代にも引き継がれるおそれもあり、子供に対する最も重大な人権侵害です。家庭内におけるしつけとは明確に異なり、親権によって正当化されるものではありません。

子供に対する虐待には、殴る、蹴るなどの「身体的虐待」や、わいせつな行為を強要するなどの「性的虐待」の他に、次のような行為があります。

心理的虐待

- ・言葉で脅す
- ・心に傷を負う体験をさせる
- ・存在を否定する ・無視する
- ・兄弟姉妹で極端に差別する
- ・目の前で家族に暴力を振るう

ネグレクト

- ・食事を与えない
- ・家に閉じ込める
- ・長時間放置する
- ・病院へ連れて行かない
- ・ひどく不潔にする

もし、子育てに不安や悩みがあるときは、積極的に学校や相談機関に相談しましょう。また、虐待を受けたと思われる子供を見付けたときは、ためらわず、児童相談所や市町村福祉担当課、学校、警察等、複数の関係窓口へ連絡（通告）してください。

(p 32～33 [資料4「困ったときの相談窓口」](#) 参照)

「子どもを虐待から守るための5か条」(厚生労働省リーフレットより)

- 1 「おかしい」と感じたら迷わず連絡（通告）する。
- 2 「しつけのつもり…」は言い訳です。
- 3 一人で抱え込まない。
- 4 親の立場より子供の立場を尊重する。
- 5 虐待はあなたの周りでも起こりうる。

※ 「[児童虐待防止対策の強化を図るための児童福祉法等の一部を改正する法律](#)（令和元年法律第46号）」において、児童の親権を行う者は、児童のしつけに際して体罰を加えることその他監護及び教育に必要な範囲を超える行為により、児童を懲戒してはならないこととされた。（令和2年4月1日施行）

(5) 性被害から守る

テレビや雑誌、インターネット等には性風俗情報があふれています。最近では、中学生・高校生のコミュニティサイトを利用した援助交際等の逸脱行動が増えています。その結果、性犯罪に巻き込まれたり、望まない妊娠や性感染症につながったりするおそれもあるので、十分注意する必要があります。

(6) 「スクール・セクハラ」から守る

教職員等による生徒へのセクシャル・ハラスメント（以下、「スクール・セクハラ」）は、ときには不登校や精神疾患を誘発し、将来にわたる人間不信を生じさせかねない重大な人権侵害であり、断じて許されるものではありません。

スクール・セクハラ＜例＞

- ・容姿を話題にしたり、必要がないのに身長や体重等を聞いたりするなど、体の成長及びその特徴等に関する話をする。
- ・性に関することや異性関係に関することを、意図的に話題にしたり質問をしたりする。
- ・授業や諸活動の指導の中で、子供の体に不必要に触る。
- ・電話、メッセージアプリを利用して私的なメッセージを送る。
- ・宿泊学習等で、着替え中の部屋へ無断で入る。

※ スクール・セクハラに当たるかどうかは、受けた側の受け止め方や場所・状況等によって異なるので、上記の例に限られるものではありません。

○ 子供に教えておきたいこと

- ・がまんしない。
- ・「いやです」「やめてください」とはっきりと意思表示をする。
- ・その場から離れる。他の人がいる場所に逃げる。
- ・気になることがあったら信頼できる大人（家族、先生等）や友達に相談する。など

教職員等の性に関する言動について気にかかることがあれば、学校や相談機関に連絡・相談してください。

(p32～33 [資料4「困ったときの相談窓口」](#) 参照)

6 インターネットの危険性とその対策

インターネットは便利な反面、危険もたくさんあります。保護者の知らない機能を活用している子供にとっての「普通」は、保護者の「普通」とは別物と言えそうです。

安易に「大丈夫だろう」と考える前に、インターネットの特性や危険性を正しく知り、子供たちがどのように使っているかを保護者がしっかり把握していることが大切です。

(1) スマホ等の過度な使用による日常生活への支障

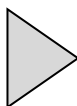
トークが連日深夜まで続き

遅刻や居眠りをするようになった

寝る時間だけど、
あと少しだけ。



メッセージアプリで友人とのトークが大好きなAさんは、夜遅くまでスマホを使う毎日。



寝不足で授業にも集中できません。体調や成績にも影響が出てきました。

いつでも、気付けばスマホを手にするようになります

勉強や食事中もスマホが気になり、歩行中も目が離せない、そんな依存傾向のある子供が増えています。スマホを長時間使うようになれば、勉強に充てる時間が減るだけでなく健康面でもマイナスです。

どうすればよいのでしょうか？

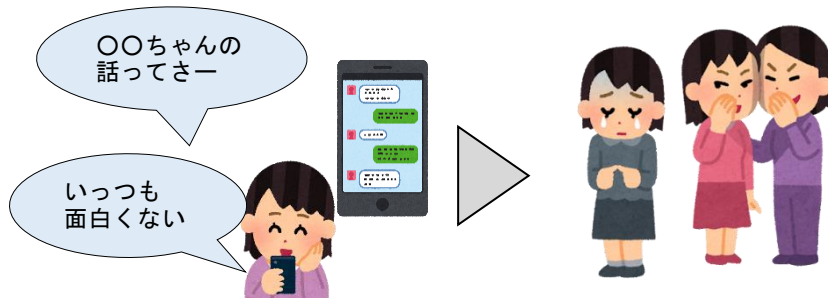
友人関係が何より大切だと考える時期ですが、生活習慣の乱れや睡眠不足は、健康や学習等にいろいろな影響が出ます。

家庭でのルールをつくり、時間の使い方を見直してみましよう。また、利用時間を制限するアプリを使用することも方法の一つです。

(2) メッセージアプリ等での悪口や仲間はずれ

うっかり「？」を忘れたために

一方的にグループからはざされた



グループトークで「？」を付け忘れたBさん。そのままお風呂に入ってしまった。

あとからスマホを見てみると「ひどい」等の書き込みが。Bさん以外のメンバーは別グループをつくり、Bさんをはずしました。

グループトークに起因するトラブルのパターンはさまざまです

メッセージアプリ内のグループトークで生じる「いじめ」「仲間はずし」は、何気ない出来事から発展することもあります。メンバー以外は会話の内容を読むことができないため、トラブルの発見が遅れがちになります。日々の様子から子供の変化に気付くことが、早期発見や解決につながります。

どうすればよいでしょうか？

文字だけの会話では、「？」と「！」では、意味がまったく逆になることもあります。記号やスタンプ、(^o^)のような顔文字等を使いながら、気持ちが正しく伝わるようにすることが大切です。

嫌な気持ちになったときは、感情をすぐにぶつけようとせずに、一呼吸して考えることが大切です。電話で話してみるのもよい方法です。

また、SNS等でいじめや嫌がらせを受けた場合には、気になる画面をスクリーンショット等に残しておく方法も確認しておきましょう。

(3) ネットで知り合った人による性犯罪被害

SNS では趣味が合う人だったのに

実際に会ってみると怖い人だった

今度のライブ、よかったら一緒に行かない？



やったー！この子は話が合うし SNS でみんなに好かれてるし、嬉しい！



同じバンドの女性ファンと SNS で話をしていた C さん。今度ライブに行こうと誘われました。

ライブ当日、会場へ行くと全く違う男の人がいて、無理矢理車に乗せられそうになりました。



ネットで知り合った人は、想像と全然違うことがあります

同じ趣味や話が合う人と実際に会ってみたいと思う青少年が増えています。しかし、相手が本当のことを言っているとは限らず、実際に会ったために事件やトラブルに巻き込まれるケースは年々増え続けています。

どうすればよいのでしょうか？

趣味が同じでも、楽しい会話が弾んでも、「よい人」とは限りません。子供たちをだますために、同じ趣味を装い、話を合わせてくる人もいることを伝えましょう。

「写真どおりの人だ」と思っても、背後に悪い人がいて被害に遭うケースもあります。一人で会いに行くことは危険であることを必ず伝えましょう。



(4) SNS等への投稿内容から個人が特定

シェアするつもりで写真を投稿

つきまといを受けるようになった



友人に撮ってもらった写真が気に入って、親しい人たちとシェアしようとSNSに投稿しました。

数日後から誰かにつけられるように。投稿した写真で個人が特定されたことが原因でした。

写真の中のささいな情報から個人が特定されることもあります

背景にある建物や景観、着衣やイベント等、写り込む様々な情報から生活範囲を絞り込み、住んでいる場所や学校、行動パターンが特定される可能性があり、非常に危険です。

また、友人が写っているものを投稿すれば、たとえ掲載を許可してもらっていても、その友人を危険にさらすことになります。

どうすればよいのでしょうか？

カメラの性能が高まり、写っている背景や記録される位置情報から個人が特定されたり、ピースサインから指紋が判別されたりすることもあります。安易に投稿することは避けましょう。

また、もしも不安を感じたら、大人に相談すること、そしてなるべく一人で行動しないように伝えることが大切です。

児童ポルノについて

『児童ポルノ』『児童買春』等の犯罪被害が全国で発生しています。インターネット上で知り合った相手とやりとりし、実社会で会うことで深刻な被害につながる場合があります。

性の乱れは、

■心がすさみ、思わぬ方向に人生が進んでしまう。

■望まない妊娠や性感染症にかかる。

■薬物や暴力団等の問題に巻き込まれる。

などの危険性もあります。

氾濫する性情報に惑わされることなく、自分自身の心と体を大切に、同様に相手の心と体をも思いやることが、愛情の基本であることを教えていく必要があります。

※性犯罪の規定が令和5年7月13日から変わりました。

性的な画像の盗撮は「撮影罪」です。次の行為をすると、「撮影罪」「提供罪」として処罰されます。

① 正当な理由なく、人の性的な部位・下着などをひそかに撮影する。

② 正当な理由なく、16歳未満の子どもの性的な部位・下着などを撮影する。（※）

③ ①・②で撮影した画像を人に提供する。

（※）相手が13歳以上16歳未満の場合は、行為者が5歳以上年長のとき

【SNS等を通じた被害例】…「生命（いのち）の安全教育」指導の手引きより



自分の下着姿や裸の
写真を撮ったり送っ
たりしない



相手の下着姿や裸の
写真を送らせたり、
SNSに投稿したり
しない



誰かの性的な写真が
送られてきたら、そ
のままにしないで信
頼できる人に相談す
る

(5) ゲームに夢中になっている最中に生じた高額課金

アイテム購入は数回だけなのに

請求額は10万円を超えていた

ゲームのアイテム
が欲しいんだ

こんなにたくさん使
っていたなんて…

スマホ貸して！パ
スワード入れるね

アイテムが欲しいときはお母さん
に相談し、パスワードを入力して
もらって購入していました。

高額な請求書が届きました。パス
ワードの保存機能が働いて、お母
さんが入力しなくても購入が可能
になっていたのです。

クレジットカードやパスワードの管理と課金設定に要注意です

オンラインゲームには、ランキング、レアアイテム、キャンペーン、ガチャ等、競争心をあおる演出を含むものが多々あり、それぞれは低額でも、気付いたときには思った以上の金額になっていることがあります。

どうすればよいのでしょうか？

1 か月間の限度額を設定するなど、保護者がコントロールしながら、使う力を身に付けさせましょう。

クレジットカードの管理責任は保護者にあります。パスワードの扱いや課金設定に気を配り、無断で使わせないようにしましょう。

闇バイトについて

SNSやインターネットの掲示板には、仕事の内容を明らかにせず、高額な報酬を示唆するなどして犯罪の実行者を募集する投稿が掲載されています。現在「闇バイト」という用語が使用されていますが、これはアルバイトではなく犯罪です。「誘いを受けた」「応募してしまった」といった話を耳にした際は、躊躇することなく警察に相談してください。

フィルタリングについて

子供たちをトラブルから守るため、携帯電話等を安心して使うために、フィルタリングサービスの利用をお願いします。

「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律(H21 施行)」により、青少年が使用する携帯電話等へのフィルタリングサービスの設定が原則義務化されました。さらに、タブレット等のデータ通信用端末に拡大されました。(H30 改正施行)

★ 保護者の義務

- ・法令等により、青少年が利用する場合、原則フィルタリングサービスの設定を行うことが義務づけられています。
- ・フィルタリングサービスを利用しない場合、保護者からの同意書等にてその旨を申し出る必要があります。その場合、初期設定は保護者の責任において必ず行うことになります。
- ・フィルタリングサービスを利用しない場合や、設定を外す際には、子供たちが有害情報に触れる危険性について十分検討してください。

★ 業者の義務

- ・使用者が青少年の場合、フィルタリングサービスの利用を条件として、携帯電話等を提供しなければなりません。
- ・ただし、保護者がフィルタリングサービスを利用しない旨の申し出をし、契約した場合は、保護者が提出した正当な理由等を記載した書面等を保存しなければなりません。(富山県青少年健全育成条例 R元改正施行)

○ 児童の権利に関する条約（子どもの権利に関する条約）

1989 年（平成元年）11 月の国際連合の総会で「**児童の権利に関する条約**」が採択され、1994 年（平成 6 年）5 月にわが国でも発効しました。この条約は、子供の権利や自由を尊重し、子供の保護と援助を促進することを目指しています。どんな社会でも、すべての子供たちが健やかに成長し、思いやりと責任のある国民に成長してほしいという願いをもっています。

しかし、世界には、貧困や飢え、戦争、さらには、虐待や麻薬等に苦しみながら暮らす子供も数多くいます。

国によっては文化や伝統、法律も違いますが、この条約では、子供たちの幸せのために各国が協力していくことを目指しています。

【子どもの権利】



生きる権利



育つ権利



守られる権利



参加する権利

○ こども基本法

国内においても、子供の権利を守る「**こども基本法**」が 2023 年（令和 5 年）4 月 1 日に施行されました。

日本国憲法及び児童の権利に関する条約の精神にのっとり、次代の社会を担う全ての子供が、生涯にわたる人格形成の基礎を築き自立した個人としてひとしく健やかに成長することができるよう、社会全体として取り組むことを目的としています。

参考：「児童の権利に関する条約」（H元採択）

「こども基本法」（R 5 制定）

資料2

いじめ防止対策について

○「いじめ防止対策推進法」平成25年9月28日施行

この法律は、いじめが、いじめを受けた児童等の教育を受ける権利を著しく侵害し、その心身の健全な成長及び人格の形成に重大な影響を与えるのみならず、その生命又は身体に重大な危険を生じさせるおそれがあるものであることに鑑み、いじめの防止等のための対策を、総合的かつ効果的に推進するため、いじめの防止等のための対策に関し、基本理念を定め、国及び地方公共団体等の責務を明らかにし、並びにいじめの防止等のための対策に関する基本的な方針の策定について定めるとともに、いじめの防止等のための対策の基本となる事項を定めたものです。

○「富山県いじめ防止基本方針」

いじめ防止等のための対策の基本的な方向や内容等について定めたもので、この基本方針に基づきいじめ問題に取り組んでいきます。

資料3

性的マイノリティについて

いわゆる「性的マイノリティ」とされる児童生徒は、学校での活動を含め日常の活動に悩みを抱え、心身への負担が大きくなることが懸念されます。

令和5年6月23日に「性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律」が制定され、社会全体における性的マイノリティへの理解や、多様性に寛容な社会の実現について示されました。

性的マイノリティとされる児童生徒については、学校生活を送る上で特有の配慮や支援が必要な場合があります。子供の様子で気になることがあれば、学校や医療機関等に相談しましょう。

参考：「性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律」（R5制定）

参考：「性同一性障害や性的指向・性自認に係る児童生徒に対するきめ細かな対応の実施等について」文部科学省

資料 4

困ったときの相談窓口(県内の主な相談機関)

いじめ・不登校・進路、学校教育一般など

- ・ 富山県総合教育センター 教育相談部
教育相談専用 076(444)6167
- 24 時間いじめ相談電話(メールは受付のみ) future@tym.ed.jp 076(444)6320
- セクハラ相談(メールは受付のみ) sh@tym.ed.jp 076(444)6133
- ・ 24 時間子供 SOS ダイヤル 0120(0)78310
- ・ 東部教育事務所相談電話 076(441)3882
- ・ 西部教育事務所相談電話 0766(26)7830
- ・ 富山県ひきこもり地域支援センター 076(428)0616
- ・ 子ども・若者総合相談センター 076(411)9003
- SNS (LINE) 相談窓口 (QR コード)
- ・ 不登校を考えるネットワーク (はあとびあ 21) 0766(75)3885
- ・ NHO 富山病院 小児科 (こどもの心 外来) 076(413)5001
- (心身の不調や学校での適応等でお困りの方の相談窓口)
- ・ 富山市生活安全交通課青少年相談窓口 076(443)2274



子どもの発達相談など

- ・ 富山県総合教育センター 教育相談部
- 子どもの発達相談専用 076(444)6351
- ・ 富山県発達障害者支援センター ほっぷ 076(438)8415

非行や問題行動など

- ・ 少年サポートセンター (富山県警本部) 076(441)2211
- ・ 少年サポートセンター東部分室 (県東部) 076(432)7867
- ・ 少年サポートセンター西部分室 (県西部) 0766(21)7867
- ・ ヤングテレホンコーナー (富山県警察) 0120(873)415
- ・ 富山法務少年支援センター (富山少年鑑別所) 076(428)2266
- ・ 朝日町少年補導センター 0765(83)1100
- ・ 入善町少年補導センター 0765(72)3856
- ・ 魚津市少年補導センター 0765(23)1045
- ・ 滑川市少年補導センター 076(475)5492
- ・ 高岡市少年育成センター 0766(20)1653
- ・ 射水市少年育成センター 0766(51)6635
- ・ 氷見市少年補導センター 0766(74)8444

人権やいじめなど

- ・ 「子どもの人権 110 番」 (全国共通ナビダイヤル) 0120(007)110
- ・ 女性の人権ホットライン (法務省) 0570(070)810
- ・ 富山地方法務局人権擁護課 076(441)0866
- ・ 富山地方法務局魚津支局 0765(22)0461
- ・ 富山地方法務局高岡支局 0766(22)2327
- ・ 富山地方法務局砺波支局 0763(32)2361

SNS・インターネットのトラブルなど

- ・富山県警察サイバー犯罪対策課(富山県警察本部) 076(441)2211
- ・富山県警察「相談110番」 076(442)0110
- ※所轄の警察署生活安全課 各署局番-110

児童虐待や日常生活など

- ・児童相談所全国共通ダイヤル 189(いちばやく)
- ・子育てテレフォン相談(富山児童相談所) 076(422)5110
- ・子育てテレフォン相談(高岡児童相談所) 0766(25)8314
- ・富山県消費生活センター(相談専用) 076(432)9233

家庭教育やしつけ、思春期のからだと心など

- ・子育てほっとライン(親専用)(富山県教委) 076(433)4150
- ・子どもほっとライン(子ども専用)(富山県教委) 076(443)0001
- (メール宛先) kodomohl@tam.ne.jp
- ・こころの電話(富山県心の健康センター) 076(428)0606
- 0570(074)333
- ・新川厚生センター 0765(52)2647
- ・新川厚生センター魚津支所 0765(24)0359
- ・中部厚生センター 076(472)0637
- ・高岡厚生センター 0766(26)8415
- ・高岡厚生センター射水支所 0766(56)2666
- ・高岡厚生センター氷見支所 0766(74)1780
- ・砺波厚生センター 0763(22)3512
- ・砺波厚生センター小矢部支所 0766(67)1070

家族、人間関係、女性の悩み、性被害、その他

- ・サンフォルテ相談室(県民共生センター内) 076(432)6611
- ・富山県女性相談センター 076(465)6722
- ・性被害110番(富山県警) 0120(728)730
- ・ストーカー相談電話(富山県警) 0120(131)104
- ・性暴力被害ワンストップ支援センターとやま 076(471)7879
- ・とやま被害者支援センター 076(413)7830

学校に行きづらい子どもたちの学びの場(教育支援センター・適応指導教室)

- ・朝日町適応指導教室「あすなろ」 0765(83)0280
- ・入善町教育支援センター「のぞみ」 0765(72)0009
- ・黒部市教育支援センターほっとスペース「あゆみ」 090(8268)5778
- ・魚津市適応指導教室「すまいる」 0765(23)9161
- ・滑川市教育支援センター「あゆみ」 080(6352)3719
- ・上市町教育支援センター「虹(にじ)」 076(472)0739
- ・立山町適応指導教室「フレンドリー」 076(462)2252
- ・富山市豊田適応指導教室「MAP豊田」 076(482)4682
- ・富山市婦中適応指導教室「MAP婦中」 076(466)4288
- ・高岡市適応指導教室「きらら子教室」 0766(20)1656
- ・氷見市教育支援センター「あさひ」 0766(72)2620
- ・射水市教育支援センター「いみずの」 0766(84)9655
- ・砺波市教育支援センター「ひよどり」 0763(82)5777
- ・小矢部市教育支援センター「ふれんど」 0766(67)0758
- ・南砺市教育支援センター「いおう教室」 0763(52)5593