



お気軽にご相談を



ひとりで悩まず相談してください

相談先一覧

「こどもをかわいく思えない」「育児に不安が…」などの悩みを相談できます。

朝霞保健所	☎461-0468
朝霞児童相談所	☎465-4152
養育に欠ける児童の相談、性格行動・しつけの相談、障害相談、非行相談、里親制度など ▶ 利用時間：月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～18:15	
家庭児童相談室	☎463-2231
子どもや家庭の問題で困ったことや心配なことなど ※こどもからの相談もできます。 ▶ 利用時間：月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:30～17:00	
朝霞市こども家庭センター(母子保健担当)(保健センター内)	☎423-4369 ☎451-0155
妊娠や出産、育児、お子さんの心身の発達、保護者の健康に関する相談など ▶ 利用時間：月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15 ※母子健康手帳の交付は第2土曜日・第4日曜日(祝日・年末年始を除く)も開所しています。	
朝霞市こども家庭センター(児童福祉担当)	☎463-0364
ショートステイ事業の受付、児童虐待に関する情報提供など ▶ 利用時間：月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15	
子ども相談室	☎471-8080 ☎487-1234
学校生活に関する悩み(友人関係・いじめ・不登校など)や家庭生活に関する悩み(非行・家庭内暴力・親子関係など) ▶ 利用時間：月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～16:00 ✉ a.kodomo@city.asaka.lg.jp	
子育て支援センター	
子育て情報の提供・親子の交流・育児相談など 利用時間や問い合わせ先については、子育て支援センターの紹介ページ(P10)をご覧ください	
こども・ほっとそうだん	☎423-4120
学校や家族、友達にも相談できずに、ひとりで抱えている悩みなど、どんなことでも、秘密を守って、相談を受け付けます。 ※原則18歳未満のこどもとその保護者を対象 ▶ 利用時間 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15 ※専門の相談員による相談は水・金(祝日・年末年始を除く) 9:30～16:30 https://www.city.asaka.lg.jp/soshiki/4/kodomojinkensoudan.html	
子どもスマイルネット(子どもの権利擁護委員会)	☎048-822-7007
いじめ・体罰・人権侵害・子育てに悩んでいるなど、こどもや親からの相談 ▶ 利用時間：毎日(祝日・年末年始を除く) 10:30～18:00	

— 広 告 —

あさか子育てネットワーク

子育て中のママもパパも
みんな笑顔に

無料イベント
毎月1回
「親子にここ広場」開催!

詳しくはこちらから>>>

12団体がそれぞれの視点から子どもたちの笑顔を増やすお手伝いをします。




公式LINE 公式Instagram

あさかの子育てならここを登録

朝霞・志木・新座・和光 こどもの居場所ネット

こども食堂/フードパントリー



HPはこちら



お気軽にご相談を

埼玉県こころの電話	☎048-723-1447
心の健康や悩みに関する相談 ▶ 利用時間: 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00	
児童家庭支援センター シャローム(社会福祉法人同仁学院)	☎042-989-1535
こどもや家庭に関する相談など ▶ 利用時間: 月～金曜日 9:00～17:00 ※緊急の場合は24時間対応 https://www.doujin.or.jp	
はあとびあ障害者相談支援センター	☎486-2400
心身の発達に心配のあるお子さんや、身体・知的・精神障害等のある方とご家族を支援します。 電話及び面接で相談が受けられます。 ▶ 利用時間: 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00 https://www.asaka-shakyo.or.jp/	
埼玉県発達障害総合支援センター	☎048-601-5551
18歳未満の発達障害のあるお子さんやご家族、支援機関の相談など ▶ 利用時間: 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～12:00、13:00～16:00 https://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0614/index.html	
朝霞市地域共生社会課(生活困窮者自立相談支援機関)	☎423-5082
生活での困りごとや家計に不安を抱えている場合に、支援員が相談を受けて、情報の提供や助言を行うほか、家計改善支援やその他の制度を活用し、相談者が早期に自立できるように支援を行います。 ▶ 利用時間: 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15	
民生委員・児童委員、主任児童委員(事務局: 高齢者・地域福祉課)	☎463-1594
地域の隣人として妊娠や子育ての不安など、さまざまな相談に応じます。 相談の際は事務局までご連絡ください。お住まいの地域を担当する委員をご紹介します。	

DV(ドメスティック・バイオレンス)

DVとは、夫婦や、恋人など親密な関係にある、またはあった者から振るわれる暴力のことをいいます。暴力には、身体的暴力だけでなく、精神的、経済的、性的などの暴力があります。DVは当事者だけの問題ではなく、こどもの面前での暴力は、こどもへの心理的虐待にあたり、心身に深刻な悪影響を及ぼすことがあります。自分を守るためにも、こどもを守り育てるためにも、1人で悩まず相談機関に相談してください。

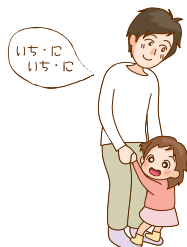
相談先一覧(緊急の場合は、110番)

	相談先	日時	面接相談	電話相談	電話番号
親の相談窓口	それいゆぶらざ (女性センター) (R8.10末まで市役所(西側 車庫会議室)へ一時移転中)	毎週火～日曜日 9:00～17:00(年末年始を除く) 【専門の相談員による相談】 毎週火・水・金・土曜日 10:00～16:00(年末年始を除く)	○	○	☎463-0356



子どもと遊ぼう

親子で向かい合って両手をつなぎます。子どもは、親の右足の上に左足、左足の上に右足をのせます。親の両足に、子どもが乗っかる形で、つないでいる両手でバランスをとりながら、二人三脚のように、息を合わせて一歩ずつ前進します。



	相談先	日時	面接相談	電話相談	電話番号・URL
埼玉県の相談窓口	男女共同参画推進センター With Youさいたま	月～水・金・土曜日 9:30～20:30 日曜日、祝・休日 9:30～17:00 (木曜日、年末年始を除く)	—	○	☎048-600-3700 https://www.pref.saitama.lg.jp/withyou/counsel/guide.html
	埼玉県女性・DVチャット相談「たまチャ」	日・水・金曜日 15:00～21:00 (年末年始を除く)	—	—	https://www.pref.saitama.lg.jp/a0309/dv-soudan/dv_soudan_webchat.html
その他	朝霞警察署	月～金曜日 8:30～17:15 ※緊急時は110番	○	○	☎465-0110
	DV相談+ (プラス) (内閣府)	24時間電話相談 その他: チャット相談 (正午～22時)	—	○	☎0120-279-889 https://soudanplus.jp
	DV相談ナビ	最寄りの相談機関を案内 (通話料有料。各相談機関の相談受付時間内に限ります。)	—	○	短縮ダイヤル #8008
	よりそいホットライン「女性支援専門ライン」	24時間年中無休 (通話料無料)	—	○	☎0120-279-338 (ガイダンス後、3をプッシュ)

いじめから子どもをまもるために(こどもが学校に行きたがらないときは)

こどもがいじめにあっているかも…、いじめに関わっているかもしれない…。いじめはいつでもだれにでも起こりうることです。相談することで解決の糸口が見つかることがあります。いじめで困ったら一人で悩まず、まず相談してください。

🌸 子ども相談室

問 子ども相談室 >> ☎471-8080 ☎487-1234 ✉a.kodomo@city.asaka.lg.jp

こどもの教育に関わるさまざまな悩みについての相談や、学校に登校したくてもできない児童・生徒に対して、よりよい成長と自立を促すための指導・支援(適応指導教室)等を行っています。

▶相談受付時間:月～金曜日 9:00～16:00(祝日・年末年始を除く)

来室相談は、なるべく事前に予約してください。月1回心理学者・精神科医による予約相談を行っています。

🌸 24時間子供SOSダイヤル

問 ☎0120-0-78310(なやみ言おう)

全都道府県及び指定都市教育委員会で実施。上記のダイヤルに電話すれば、原則として電話をかけた所在地の教育委員会の相談機関に接続します。

かげえのクイズ

もんだい かげとおなじかたちのどうぶつをさがしてみよう!



え: ねこ



🌸 子どもの人権110番

問 ☎0120-007-110

法務局・地方法務局の職員、または人権擁護委員が、皆(みな)さんのお話を聞いて、どうしたらいいか一緒に考えます。

相談は無料、相談内容の秘密は守ります。

▶受付時間:平日 8:30~17:15

🌸 ひきこもりに関する相談

問 朝霞保健所 >> ☎461-0468

▶朝霞保健所

臨床心理士等によるひきこもりに関する相談ができます。事前に予約が必要です。

🌸 にじいる県民相談

(埼玉県性的マイノリティ県民相談)

問 ☎0570-022-282

LINE相談 >> <https://lin.ee/kDRR4QM>

性的指向(好きになる性)や性自認(自分の性の認識)に関する悩みについて、電話やLINE、メタバースで相談できます。

相談は無料、相談内容の秘密は守ります。

▶受付時間:毎週土曜日 18:00~21:30
(年末年始を除く)

※メタバース相談

月1回実施(第2土曜日)

受付時間:18:00~21:30

ママのための健診・相談

からだのこと、こころのこと、ひとりで悩まないで相談してみよう。

🌸 不妊・不育症に関する相談

問 ☎048-799-3613

▶埼玉県

助産師による、不妊、不育症などの相談を行っています。

毎週月・金曜日 10:00~15:00

第1・第4土曜日 11:00~15:00

16:00~19:00

🌸 不妊相談

問 埼玉医科大学総合医療センター

>> ☎049-228-3732

▶埼玉県不妊専門相談センター
医師による面接相談(予約制)を行っています。

電話にて予約をしてください。



🌸 不妊治療助成

問 こども家庭課(こども家庭センター) >> ☎423-4391

▶朝霞市早期不妊治療費助成事業

保険診療で不妊治療をされた方のうち、治療開始時に妻の年齢が35歳未満のご夫婦に上限10万円を助成します。詳細については、市のホームページをご確認ください。

その他の事業のご案内 母子・父子・寡婦福祉資金の貸付(埼玉県の制度です)

🌸 母子及び父子並びに寡婦福祉資金の貸付(県)

問 埼玉県西部福祉事務所 >> ☎049-283-6800

▶内容:母子家庭の母及び父子家庭の父並びに寡婦等の経済的自立や扶養している子どもの福祉増進のために必要な資金の貸付を行います。

▶対象:母子・父子・寡婦等の家庭

※利用する貸付資金によって基準が異なります。

※貸付には埼玉県西部福祉事務所による審査があります。

児童虐待の予防

あなたの身近に、虐待を受けていると思われる子どもはいませんか。または、あなた自身が子育ての悩みを抱え、日々苦しい思いをしていませんか。少しでも不安なこと、気がかりなことがあったら、迷わず相談しましょう。

児童虐待とは

保護者や、保護者に代わる養育者などが、こどもの心身を傷つけ、すこやかな成長・発達をそこなう行為をいいます。虐待であるかどうかは、親が決めるのではなく、こどもの視点・こどもの立場で判断します。児童虐待は次の4つに分類されます。

身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる など

性的虐待

こどもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など

心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、こどもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など

「虐待かな？」と思ったら

「日常的にこどもの泣き声や保護者の怒鳴り声がある」「不自然な痣や傷、火傷のあとがある」など、児童虐待の疑いを発見したときは、児童相談所虐待対応ダイヤル^{いちばやく}189や市に相談してください。

虐待かどうかを確認する必要はありません。相談者の秘密は守られます。

子育てに悩んだら

子育ては多くの親が悩みを抱えます。1人で抱え込んで、気づけば良くない方向に考えてしまうこともあります。辛い時、苦しい時は、身近な人や専門機関、朝霞市家庭児童相談室や児童相談所に相談してみましよう。

* 連絡先

- 朝霞市こども家庭センター
☎463-0364
- 朝霞市家庭児童相談室
☎463-2231

- 朝霞児童相談所
☎465-4152
- (虐待対応ダイヤル)
☎189

- 朝霞警察署
☎465-0110
- (緊急の場合)
☎110

その他、相談機関の連絡先は47～50ページをご確認ください。