

相談窓口一覧

まずはお住まいの市町村の窓口へ

児童・家庭に関する相談窓口

<https://www.pref.okinawa.jp/kyoiku/jido/1008010/1007975.html>

沖縄県 相談窓口

子どもの相談窓口 いつでも

24時間子どもSOSダイヤル

0120-0-78310

平日の相談窓口 月～金 8:30～17:15

中央児童相談所

098-886-2900

コザ児童相談所

098-937-0859

沖縄県の子どもとおとなのためのLINE相談（ククルーム）

<https://npa-ek.org/kukuruum/>

ククルーム

夜間・休日の相談窓口 月～金 17:15～8:30
土日祝 24時間

おきなわ子ども虐待ホットライン

098-886-2900

女性相談

098-868-4010

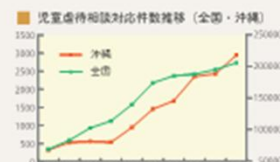
男性相談

098-868-4011

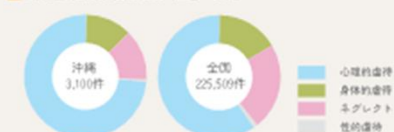
「虐待かも」と思ったら、迷わず **189** へ

「相談しよう」と思えるのは、
「子どもを大切にしたい」という思いがあるから

虐待相談件数は、年々増えています。それだけ守らなければいけない子どもたちがいるということですが、それだけ守ろうとしている大人たちがいるということでもあります。もしも「虐待かも」と思ったら、迷わず189（イチハヤク）に連絡・相談してください。その通告で救われる命があります。



虐待相談対応件数の状況（全国・沖縄）



多くの心理的虐待の相談が寄せられています

沖縄県の虐待相談件数は、その7割以上を「心理的虐待」が占めており、全国と比べて高い割合になっています。子どもたちの小さなサインに気づき、声をあげやすい地域であり続けるために、私たち一人ひとりにできることがあります。

こどものこころを守るために



令和7年度沖縄県子ども虐待防止推進事業

沖縄県子ども未来部子ども家庭課
〒900-8570 沖縄県那覇市泉崎1-2-2

事業受託団体（企画・実施）
特定非営利法人おきなわCAPセンター

制作（構成・イラスト・文・デザイン）
きしもと たかひろ

01 \ 子どもを大切にしたいからこそ /

子どもの心と体を守るために 知っておきたいこと

何が子どもを傷つけるのかを知ることは、
子どもを守るための第一歩



家族で一緒に
確認していきましょう

子どもは
ひとりの人として
大切にされる



大人は
さまざまな「傷つけられること」から
子どもを守る

どんなことから 守られる？



見えにくいからこそ知っておこう

直接子どもを傷つけようとしなくても、子どもの心に
傷を残してしまうものも、心理的虐待にあたると言わ
れているので、気をつけたいところです



大人にとってはそれほどなくても、子どもにとっては、「こわい」
「つらい」と感じたり、「自分が悪いのかも」と思ったりすること

それらを知っておくことで



気づかず傷つけてしまうことを
減らせるかも



当たり前だと思っていたことも、
振り返るきっかけになるかも

子どもの思いや意見を聞くことも、
ひとりの人として守るために大切なこと
子どもの声から、気づけることもあるかも



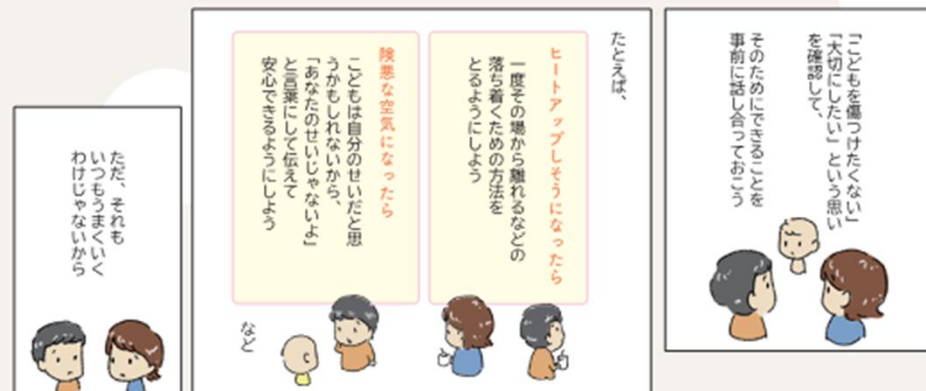
02 \ みんなで大切にしたいからこそ /

できることを 話し合おう

「気を付ける」だけでなく、
事前に準備をしておくことが大切



誰しも虐待してしま
う可能性があるから、
協力して防げるよう
にしておこう



03 \ 子どもも自分も大切にしたいからこそ /

「相談する」「頼る」を 日々の選択肢に入れておこう

「もう無理」となったときの最終手段ではなく、
いつでも頼りに相談する選択肢を持っておこう



まずは、相談先を 見つけておこう



裏のページにまとめています



子育てをしていると、日常のさ
さいな出来事に悩んだり、「うま
くできているのかな」と漠然とし
た不安にかられたりすることがあ
ります。
そんなとき、「こんなことで相
談していいのかな」と迷う必要は
ありません。
むしろ、そうした小さな不安や戸
惑いこそが、こどもと自分自身を
守るための大切なサインかもしれ
ません。
子育ては長く続いていくものだ
からこそ、ひとりで抱え込まず、
「何かが始まったとき」だけでなく、
「何もないとき」から、相談した
り頼ったりする選択肢を用意して
おきましょう。
それがこどもを守り、大切に
することにつながります。