

自分の性に違和感があるなどの悩み編



性に関する違和感などの悩みを電話で相談できる所

●よりそいホットライン (0120-279-338 24時間対応 通話料無料)

自動音声でガイダンスが流れます。「性別や同性愛などにかかわる相談」の番号4を押すと相談に繋がります。

●SHIP・ほっとライン(045-548-3980 毎週木曜日 19時～21時)

同性が好きな人、性別に違和感がある人の電話相談

インターネット上の情報は正しい情報ばかりではありません。

このリーフレットでは、科学的根拠に基づいた情報サイトや相談先を紹介しました。

親や先生など身近な大人に話ができれば、より理解が深まると思います。

どこに相談していいかわからない人や八千代市内の相談機関が良いと思う人は下記問い合わせ先に連絡してください。

令和7年6月発行

発行：八千代市小中義務教育学校思春期保健教育推進会議

作成協力：NPO法人 JASH日本性の健康協会 イラストレーター 浅野らんかさん

問い合わせ先：八千代市役所 母子保健課 ☎047-482-9533 (相談専用)

八千代市の中学生のみなさんへ

性について

こんなことで悩んでいませんか？

～正しい知識を得られる情報サイトや相談先の紹介リーフレット



※1 生理……月経のこと

女性のからだを持つ人の悩み編



男性のからだを持つ人の悩み編



※2 マスターベーション……自分の性的欲求を自分でコントロールする1つの性行為。性的自立につながる
 ※3 包茎……亀頭部が包皮におおわれている状態。少しずつ包皮を下げ清潔にすることが大切

性について悩んだ時の相談先

●思春期の体についての相談

思春期・F P相談LINE (ライン)

月～金曜日10:00～16:00 ※祝祭日休み

●HIVや性感染症・デートDVに関する電話相談

習志野保健所(習志野健康福祉センター)

疾病対策課 電話: 047-475-5154、DV相談電話: 047-475-5966

(月曜～金曜日 9時～17時) ※祝祭日休み

●妊娠にまつわる悩みに関する相談

にんしんSOSちば 電話相談: 050-3628-6800 (年中無休16時～23時)

メール相談: <https://sos.chiba.jp/contact>

●性暴力被害についての相談

・千葉犯罪被害者支援センター 全国共通短縮ダイヤル #8891 (はやくワンストップ)

性犯罪被害相談専用ダイヤル: 043-222-9977 (月曜～金曜日 10時～16時) ※祝祭日休み

・八千代警察署 電話相談: 047-486-0110 *市内婦人科とネットワーク有り

・千葉県警察本部 性犯罪110番: 0120-01-8103 短縮ダイヤル #8103 (ハートさん) ※24時間対応

・千葉県性暴力被害支援センターちさと ほっとこーる: 043-251-8500 (緊急支援は24時間365日対応)



▲思春期・F P相談LINE

性の健康に関する情報

●#つながるBOOK

性に関する幅広い情報を紹介



●セシル

10代の性のモヤモヤに複数の専門家が答えしているサイト。XやInstagramでも配信中



●命育

保護者向け家庭でできる性教育サイト



●性の総合サイトSEXOLOGY

国際セクシュアリティガイドンスに基づいて作られたコンテンツ



生理用品の無償配布

八千代市では生理用品の入手が困難な方へ無償配布を行っています。
 お渡しする際、お名前・ご住所はお聞きしません。

配布場所: 八千代市男女共同参画センター・社会福祉協議会 ほか

問い合わせ先: 八千代市男女共同参画センター 047-485-6505

※この取組は市内企業や地域の皆様のご協力により行っています



▲他の配布場所
 などはこちらから