

# インターネット上の誹謗中傷に関する相談窓口のご案内

インターネットの書き込みにより、誹謗中傷などの被害にあわれた場合

解決策について相談したい

悩みや不安を聞いてほしい

「まもろうよ ところ」(厚生労働省)

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro>

◎悩みや不安を抱えて困っている方に対して、気軽に相談できる窓口を紹介しています。電話、メール、チャット、SNSなど、様々な方法による相談が可能です。

- ◎ 解決策がわからない
- ◎ 書き込みを削除したい

書き込んだ人に賠償等を求めたい

- ◎ 身の危険を感じる
- ◎ 犯人を処罰してほしい

弁護士に相談  
または 法テラス  
<https://www.houterasu.or.jp>

最寄りの警察署や都道府県警察本部のサイバー犯罪相談窓口  
<https://www.npa.go.jp/cyber/soudan.html>

- ◎ まずアドバイスがほしい
- ◎ 自分で迅速に削除依頼したい

- ◎ 自分で削除依頼できない
- ◎ 自分の代わりに削除要請してほしい

ネットトラブルの専門家に相談したい

人権問題の専門機関に相談したい

国の機関に相談したい

民間機関に相談したい

「違法・有害情報相談センター」  
(総務省)



<https://www.ihaho.jp>

迅速な助言

- ◎相談者自身で行う削除依頼の方法などを迅速にアドバイスします。
- ◎インターネットに関する技術や制度等の専門知識や経験を有する相談員が対応
- ◎人権侵害に限らず、様々な事案に対して幅広いアドバイスが可能
- ◎インターネットで相談の受付や相談のやりとりを行います。

※削除要請ではなくアドバイスを行う相談窓口です

「人権相談」  
(法務省)



<https://www.jinken.go.jp>

「みんなの人権110番」  
0570-003-110

削除要請・助言

- ◎相談者自身で行う削除依頼の方法などの助言に加え、法務局が事案に応じてプロバイダ等に対する削除要請を行います。
- ◎削除要請は、専門的知見を有する法務局が違法性を判断した上で行います。
- ◎全国の法務局における面談のほか、電話やインターネットでも相談を行います(外国語にも対応)。

※違法性の判断に時間を要する場合があります

「誹謗中傷ホットライン」  
(セーフティーインターネット協会)



<https://www.saferinternet.or.jp/bullying>

プロバイダへの連絡

- ◎インターネット上の誹謗中傷について、連絡を受け付け、一定の基準に該当すると判断したのについては、国内外のプロバイダに各社の利用規約等に沿った対応を促す連絡を行います。
- ◎インターネット企業有志によって運営されるセーフティーインターネット協会(SIA)が運営しています。
- ◎インターネットで連絡を受け付け、やりとりはメールで行います。

※プロバイダへの連絡を行わない場合もあります

※上記のほか、学校や地方公共団体にある相談窓口も活用してください。