



児童・生徒のみなさんへ 不安や悩みがあるときは … 一人で悩まず、相談しよう



- あかまる すうじ まいめ そうだんまどぐち ばんごう
・赤丸の数字は、2枚目の相談窓口の番号です。
- た そうだんまどぐち まいめ
・他の相談窓口も2枚目にあります。

いじめ・不登校に関する相談
主に、SNSを介して



いじめや不登校、引きこもりなど、学校生活のことについて相談したい。



えすえぬえす SNS



非行や暴力、犯罪被害などを相談したい。



メール



でん電 わ話

えすえぬえすとうきょういくそうだん
SNS等教育相談

3

かんが えすえぬえす と う き ょ う
考えよう!いじめ・SNS@Tokyo

4

きょういくそうだんいっばん と う き ょ う と そうだん
教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン

2

とうきょうとじどうそうだん
東京都児童相談センター

1

ヤング・テレホン・コーナー

6

学校生活の悩みに関する相談
心・性・命などを介して



心や性、命に関する悩みなどを聞いてほしい。



えすえぬえす SNS



メール



でん電 わ話

こたエール

10

こころといのちのほっとライン

11

じどう せいと せいぼうりょく まも そうだんまどぐち
児童・生徒を性暴力から守るための相談窓口

8

せいぼうりょくきゅうえん な な
性暴力救援ダイヤルNaNa

9

こころの電話相談

12

主な相談のテーマ

心・性・命なごを助めた

1 **話してみなよ 東京子供ネット**

いじめ、体罰、虐待等の子供の人權侵害に関する相談

フリーダイヤル **0120-874-374**

平日 9:00~21:00
土日祝日 9:00~17:00

東京都児童相談センター
(子供の権利擁護専門相談事業)

2 **教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン**

いじめ、学校生活、家族・友人関係、ヤングケアラー等に関する相談

24時間対応

0120-53-8288

ホームページ内からメール相談もできます。

東京都教育相談センター

3 **SNS等教育相談**

ニックネームや通称名を使って相談することもできます。

毎日 15:00~23:00

(受付は22:30まで)

東京都教育相談センター

4 **考えよう!いじめ・SNS@Tokyo**

いじめ防止とSNSの適切な利用に役立つウェブサイト・アプリ

◆「こころ空模様チェック」アプリを使って、東京都いじめ相談ホットラインに電話ができます。

◆こたエールのネット相談受付フォームにつながります。

東京都教育委員会

5 **24時間子供SOSダイヤル**

いじめの問題やその他の子供に関する相談全般

フリーダイヤル **0120-0-78310**

文部科学省が管理しており、東京都内からかけると、東京都教育相談センターにつながります。

6 **ヤング・テレホン・コーナー**

非行、いじめ、不登校、犯罪被害等に関する相談

24時間対応

03-3580-4970

警視庁 少年相談係

◆月~金 8:30~17:15
◆夜間、土日祝日・年末年始
宿直の警察官が対応

7 **よいこに電話相談**

学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに **03-3366-4152**

平日 9:00~21:00
土日祝日 9:00~17:00 (年末年始を除く)

東京都児童相談センター

8 **児童・生徒を性暴力から守るための相談窓口**

教職員等による児童・生徒への性暴力等に関する通報、相談

◆月、火、木 15:00~18:00
◆土 9:00~12:00

東京都教育委員会

9 **性暴力救援ダイヤルNaNa**

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応

03-5577-3899

性暴力救援センター・東京

10 **こたエール**

ネット・スマホのトラブル相談

LINEアカウント **「相談はってLINE@東京」**

※メール相談は 24時間

0120-1-78302

11 **こころといのちのほっとライン**

生きることに悩んでいる人のための相談

0570-087478

毎日 12:00~翌朝5:30

東京都保健医療局

12 **こころの電話相談**

心の健康に関する相談

平日9:00~17:00(土日祝日、年末年始を除く)

港、新宿、品川、目黒、大田、世田谷、渋谷、中野、杉並、練馬 03-3302-7711	千代田、中央、文京、台東、墨田、江東、豊島、北、荒川、板橋、足立、葛飾、江戸川、島しょ地域 03-3844-2212	多摩地域 (23区、島しょ地域以外) 042-371-5560
--	--	---

東京都立精神保健福祉センター

13 **こころの電話相談室**

子供の行動や心の発達等に関する相談

042-312-8119

月~金 9:00~12:00 (土日祝日、年末年始を除く)

東京都立小児総合医療センター

14 **品川区教育総合支援センター**

学校、いじめ、不登校、友人関係、発達障害等に関する相談

品川学校支援チーム(HEARTS) **03-5740-8225**

月曜日~金曜日 9:00~17:00(土日祝日、年末年始を除く)

こころのフリーダイヤル **0120-552-777**

月曜日~土曜日 9:00~17:00(祝日、年末年始を除く)

品川区教育委員会