



ふあん なや ひとり なや そうだん  
**不安や悩みがあるときは … 一人で悩まず、相談しよう**



区市町村立学校用  
 令和3年3月版

とうきょうと そうだん  
**東京都いじめ相談ホットライン**

いじめ、不登校、友人関係、発達障害、自傷行為等に関する相談

24時間対応 **0120-53-8288**


メール相談

東京都教育相談センターホームページの「メール相談」をクリック

東京都教育相談センター

そうだん とうきょう  
**相談ほっとLINE@東京**

都内国公立中・高生向けのSNS相談



令和3年3月31日(水)まで 毎日 9:00~23:00  
 4月 1日(木)から 毎日 16:00~23:00

東京都教育委員会 ※受付は22:30まで

おおた くりつきょういく  
**大田区立教育センター**

子供の性格や行動、学校生活、子育て等に関する相談

教育相談室 **03-5748-1201**  
 子ども電話相談 **03-5748-1203**

平日 9:00~19:00 土日 9:00~17:00  
 (祝日、年末年始を除く)

大田区教育委員会

じかん こども  
**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 なやみいおう

24時間対応 **0120-0-78310**

全国統一ダイヤル

でんわ そうだん  
**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**  
 聴覚言語障害者相談(FAX) **03-3366-6036**

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 (年末年始を除く)

はな とうきょう こども  
**話してみなよ 東京子供ネット**

いじめ、体罰、虐待等の子供の権利侵害に関する相談

フリーダイヤル はなして みなよ

**0120-874-374**

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 (子供の権利擁護専門相談事業)

かんが  
**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

こたエール

ネット・ケータイのトラブル相談 なやみゼロに

電話相談 **0120-1-78302**  
 LINE相談 アカウント名「相談ほっとLINE@東京」  
 メール相談

月~土 15:00~21:00(祝日・年末年始を除く)  
 メール相談は、24時間受付

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**

◆月~金 8:30~17:15 専門の担当者(心理職、警察官)  
 ◆夜間、土日祝日 宿直の警察官 が対応

警視庁 少年相談室

でんわ そうだん しつ  
**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~木 9:30~11:30 13:00~16:30  
 (金土日祝日、年末年始を除く)

東京都立小児総合医療センター

でんわ そうだん  
**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	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	多摩地域 (23区、島しょ地域以外)
<b>03-3302-7711</b>	<b>03-3844-2212</b>	<b>042-371-5560</b>

東京都立精神保健福祉センター

がっこうもんだいかいけつ  
**学校問題解決サポートセンター**

保護者向け相談窓口

**03-3360-4195**

平日 9:00~17:00  
 (土日祝日、年末年始を除く)

東京都教育相談センター

ふあん なや だれ みちか しんらい おとな うえ そうだん きかん そうだん  
**不安や悩みは誰にでもあります。身近にいる信頼できる大人や、上にある相談機関に相談してみましよう。**