



子ども
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

ひとり なや そうだん
ひとりで悩まず、相談しよう

おたくりつこうよう
大田区立学校用
令和7年3月版

主に、SNSをめぐって

いじめ・不登校に関する相談

1

話してみなよ

東京子供ネット

いじめ、体罰、虐待等の子供の権利侵害に関する相談

フリーダイヤル **0120-874-374**

はなして **0120-53-8288**

みなよ **0120-0-78310**

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)

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をアプリ

◆「こころ空模様チャエック」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**

なやみいおう

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

9

性暴力支援ダイヤルNaNa

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応 **03-5577-3899**

性暴力支援センター・東京

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**

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

7

よいこに電話相談

ネット・スマホのトラブル相談

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

性暴力支援ダイヤルNaNa

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応 **03-5577-3899**

性暴力支援センター・東京

10

こたエール

ネット・スマホのトラブル相談

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

11

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

12

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

13

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

14

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

15

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

16

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

17

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

18

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

心・性・命なごをめぐって

学校生活や家庭での悩みに関する相談

19

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

20

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

21

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

22

こころの電話相談

こころ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)

東京都立精神保健福祉センター

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よう。