



いじめ・不登校に関する相談

主に、SNSを含む



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



メール



非行や暴力、犯罪被害などを相談したい。



でん 電 話

とうきょういく そうだん
SNS等教育相談

2

こうとく
5to9 マンデーなんでもチャット相談

3

かんが
考えよう!いじめ・SNS@Tokyo

8

とうきょうと そうだん
東京都いじめ相談ホットライン

1

こうとうくきょういく でんわ そうだん
江東区教育センター電話相談

4

はな
話してみなよ 東京子供ネット

6

ヤング・テレホン・コーナー

10

学校生活の悩みに関する相談

心・性・命などをめめた



こころ せい いのち かん なや
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 話

こたエール

12

こころといのちのほっとライン

15

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

11

せいぼうりょくきゅうえん
性暴力救援ダイヤル NaNa

7

でんわ そうだん
こころの電話相談

13



ふあん なや
不安や悩みがあるときは …

ひとり なや
一人で悩まず、相談しよう



江東区教育委員会
令和6年3月版

1 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、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

メール相談

東京都 教育相談

検索

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

2 とうきょうとく そうだん
SNS等教育相談

都内の中学生・高校生向けのSNS相談

ニックネームや通称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

3 こうとうく
5 to9マンデーなんでもチャット相談 旧名称「江東区 SNS 教育相談」

対象 江東区立中学校・義務教育学校(後期課程)及び小学校・義務教育学校(前期課程)の5・6年生の児童・生徒

※ 配布されている5to9 マンデーなんでもチャット相談カードのQRコードからアクセスしてください。(中学生は Chrombook から可)

相談時間 午後5時から午後9時
開設期間 令和5年4月10日(月)~令和6年3月25日(月)毎週月曜日

江東区教育委員会

4 こうとうくきょういっく でんわ そうだん
江東区教育センター電話相談

子供の性格や行動、不登校、学校生活、子育て等に関する相談

03-3649-3834

江東区教育委員会

5 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

24時間対応
フリーダイヤル 0120-0-78310

全国統一ダイヤル

6 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)

7 せいぼうりょくきゅうえん
性暴力救済ダイヤルNaNa

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応
03-5577-3899

性暴力救済センター・東京

8 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。

考えよう いじめ SNS

検索

東京都教育委員会

9 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)

10 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・年末年始 宿直の警察官が対応

警視庁 少年相談係

11 じどうせいとせいぼうりょくまも
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

12 こたエール

ネット・スマホのトラブル相談 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

こたエール

検索

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

13 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)

03-3844-2212

東京都立精神保健福祉センター

14 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

9:00~12:00 (祝日、年末年始を除く)

東京都立小児総合医療センター

15 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

はなしてなやみ
0570-087478

毎日 12:00~翌朝5:30

東京都福祉保健局

ふあん なや だれ
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ょう。