



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



江東区教育委員会
令和6年8月版

S SNS
✕ メール
電 電話

主に SNSやメール
いじめ・不登校に関する相談

心・性・命なごを考えた
学校生活や家庭での悩みに関する相談

1 **話してみなよ 東京子供ネット** 電

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

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
東京都児童相談センター (年末年始を除く)
(子供の権利擁護専門相談事業)

2 **教育相談一般・東京いじめ相談ホットライン** ✕ 電

いじめ、学校生活、家族・友人関係、
24 時間対応 ヤングケアラー等に関する相談

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** S

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** S

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** 電

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
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** 電

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
専門の担当者(心理職、警察官)が対応
◆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** 電

学校、子育て等、
子供に関する相談全般
03-3366-4152 よいこに
東京都児童相談センター 平日 9:00～21:00
土日祝日 9:00～17:00 (年末年始を除く)

8 **児童・生徒を性暴力から守るための相談窓口** S ✕ 電

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
03-3580-4970
◆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** 電

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** S 電

ネット・スマホのトラブル相談
なやみゼロに 月～土 15:00～21:00(祝日・年末年始を除く)
0120-1-78302 ※メール相談は 24 時間
LINEアカウント
「相談ほっとLINE@東京」

11 **こころといのちのほっとライン** S 電

生きることに悩んでいる人の
ための相談
0570-087478 はなしてなやみ 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** 電

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

12 **江東区教育センター電話相談**

学校生活、子育て等に関する相談
平日9:00～16:30
(土日祝日、年末年始を除く)
03-3649-3834
江東区教育委員会

13 **こころの電話相談室** 電

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

13 **5 to 9マンデーなんでもチャット相談** こうとうく

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
※配布されている相談カードのQRコードからアクセスしてください。
相談時間 午後5時から午後9時
※令和6年8月19日(月)～9月2日(月)は毎日実施
開設期間 令和6年4月8日(月)～令和7年3月24日(月)
江東区教育委員会

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。