



じどう

せいと

ふあん

なやみ

ひとり

なや

そうだん

# 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

足立区立小中学校用 令和5年11月版

資料1



いじめやSNSの相談

## 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

## こたエール

ネット・スマホのトラブル相談

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** ※メール相談は24時間受付

月～土 15:00～21:00 (祝日、年末年始を除く)

## 足立区のいじめ相談

足立区いじめ110番 **03-3880-5577**

月～金 8:30～17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)

足立区いじめ相談ネット受付

(24時間受付)

足立区キッズライン (子ども専用フリーダイヤル)

**0120-300-736**

月～土 8:30～17:00 (日・祝日・年末年始を除く)

区民の声相談課 (こども心配ごと相談)

**03-3880-5217**

月～金 8:30～17:00 (日・祝日・年末年始を除く)

足立区教育委員会

## 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

## 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

## 24時間子ども SOSダイヤル

いじめの相談やその他の子どもに関する相談全般

24時間対応

フリーダイヤル **0120**

**-0-78310**

全国統一ダイヤル

家庭で困っているとき

## よいこに電話相談

学校、子育て等、子供に関する相談全般

**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

(年末年始を除く)

東京都児童相談センター

## 話してみなよ 東京子供ネット

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

**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

子どもの権利擁護専門相談事業 (こどものけんりようごせんもんそうだんじぎょう)

## 靈感商法等対応ダイヤル

靈感商法を始めとする金銭的トラブル、法的トラブル、家族の悩み等に関する相談

**0120-005-931**

平日 9:30～17:00

メールによる問い合わせ

日本司法支援センター 法テラス

性被害の相談

## 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・SARC東京

## 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

心の相談

## TOKYOほっとメッセージチャンネル (SNS等教育相談)

都内の小学生・中学生・高校生向けのSNS等

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

## 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

## 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

## こころの健康相談

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)

**03-3844-2212**

千代田区、中央区、文京区、台東区、墨田区、江東区、豊島区、北区、荒川区、板橋区、足立区、葛飾区、江戸川区、島しょ地域

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ましょう。