



足立区立小中学校用 令和4年12月版

あだちく そうだん
足立区のいじめ相談

あだちく ひゃくとうばん げつ きん
◇足立区いじめ110番 月～金 8:30～17:00
03-3880-5577 (祝日・年末年始を除く)

あだちく そうだん うけつけ
◇足立区いじめ相談ネット受付 
24時間受付

あだちく こ せんよう
◇足立区キッズライン(子ども専用フリーダイヤル)
0120-300-736 げつ 土 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)

くみん こえそうだんか しんばい そうだん げつ きん
◇区民の声相談課(こども心配ごと相談) 月～金 8:30～17:00
03-3880-5217 足立区教育委員会

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

じかんたいおう
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

そうだん とうきょう
相談ほっとLINE@東京

とない ちゅうがくせい こうこうせい む そうだん
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。

まいにち 15:00～23:00
受付は22:30まで



東京都教育相談センター

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

じかんたいおう
24時間対応
フリーダイヤル なやみいおう
0120-0-78310

ぜんこくとういつ
全国統一ダイヤル

こころといのちのほっとライン

い 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

まいにち 12:00～翌朝5:30
東京都福祉保健局

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

へいじつ 平日 9:00～21:00 どもにちしゅくじつ 土日祝日 9:00～17:00
(年末年始を除く)

とうきょうとじ どうそうだん
東京都児童相談センター (子供の権利擁護専門相談事業)

せいぼうりょくきゅうえん
性暴力救済ダイヤルNaNa

せいぼうりょく せいひが い かん そうだん
性暴力・性被害に関する相談

じかんたいおう
24時間対応 ななきゅうきゅう
03-5607-0799

せいぼうりょくきゅうえん とうきょう
性暴力救済センター・東京

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

でんわそうだん
よいこに電話相談

がっこう こそだ とう こども かん そうだんぜんげん
学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに
03-3366-4152

ちようかくげん こしやうがいしやそうだん
聴覚言語障害者相談(FAX) 03-3366-6036

へいじつ 平日 9:00～21:00 どもにちしゅくじつ 土日祝日 9:00～17:00
(年末年始を除く)

とうきょうとじ どうそうだん
東京都児童相談センター

ヤング・テレホン・コーナー

ひこう ふとうこう はんざいひが いとう かん そうだん
非行、いじめ、不登校、犯罪被害等に関する相談

じかんたいおう
24時間対応 03-3580-4970

げつ きん 月～金 8:30～17:15 専門の担当者(心理職、警察官)

やかん どもにちしゅくじつ ねんまつねんし しゅくちよく けいさつかん たいおう
◆夜間、土日祝日・年末年始 宿直の警察官が対応

けいしちよう しょうねんそうだんがかり
警視庁 少年相談係

じどう せいと せいぼうりょく まも そうだんまど
児童・生徒を性暴力から守るための相談窓口

きようしよくいんと
教職員等による

じどう せいと せいぼうりょく
児童・生徒への性暴力等

に関する通報、相談

げつ か 月、火、木 15:00～18:00

◆土 9:00～12:00

とうきょうととうきょういくいんかい
東京都教育委員会

こたエール

ネット・スマホのトラブル相談 なやみゼロに

でんわそうだん
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

げつ 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

でんわそうだん
こころの電話相談

こころ けんこう かん そうだん へいじつ
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)

ちよだ ちゅうおう ぶんきやう たいとう すみだ
千代田、中央、文京、台東、墨田、

こうとう としま きた あらかわ いたばし
江東、豊島、北、荒川、板橋、

あだち かつしか えどがわ とう ちい き
足立、葛飾、江戸川、島しょ地域

03-3844-2212

とうきょうとりつせいしんほけんふくし
東京都立精神保健福祉センター

でんわそうだんしつ
こころの電話相談室

こども こうどう こころ はつたとう かん そうだん
子供の行動や心の発達等に関する相談

042-312-8119

げつ すい 月～水 9:30～11:30 13:00～16:30
(祝日、年末年始を除く)

とうきょうとりつしょうにそうごうりやう
東京都立小児総合医療センター

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ょう。