

はじめなど、困ったときの相談は…

いじめ、不登校、友人関係、発達障害、自傷行為等に関する相談

東京都いじめ相談ホットライン (フリーダイヤル)
24時間対応 電話 0120-53-8288

東京都教育相談センター
【メール相談受付】
東京都教育相談センターホームページの
メールによる教育相談をクリック
平日 9:00~21:00
土日祝日 9:00~17:00 (閉庁日・年末年始を除く。)
電話 03-3360-8008
<http://www.e-sodan.metro.tokyo.jp/>

いじめの問題やその他の子供に関する相談全般

24時間子供SOSダイヤル (全国統一ダイヤル)
24時間対応 フリーダイヤル なやみ言おう
電話 0120-0-78310

学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに電話相談 (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。)
電話 03-3366-4152
聴覚言語障害者相談 FAX 03-3366-6036

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

話してみなよ-東京子供ネット-
平日 9:00~21:00
土日祝日 9:00~17:00 (年末年始を除く。)
フリーダイヤル はなして みなよ
電話 0120-874-374

非行、いじめ、不登校、犯罪被害等に関する相談

ヤング・テレホン・コーナー (警視庁少年相談室)
24時間対応
月曜日から金曜日まで(8:30~17:15)は、専門の担当者(心理職及び警察官)が対応、夜間及び土日祝日は宿直の警察官が対応
電話 03-3580-4970

子どもの性格や行動、不登校、学校生活、子育て等に関する相談

立川市教育相談 電話 042-527-6171
〒190-0022 東京都立川市錦町3-2-26 立川市子ども未来センター内

いじめの防止とSNSの適切な利用について役立つウェブサイト・アプリ

考えよう!いじめ・SNS@Tokyo
<http://ijime.metro.tokyo.jp/> **考えよう いじめ SNS**
※「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、こたエールに、電話やメールができます。

子供のネット・携帯のトラブル相談

こたエール <http://www.tokyohelpdesk.jp/>
平日 9:00~18:00
土曜日 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)
【平成30年3月まで】電話 0570-783-184
【平成30年4月1日から】電話 0120-1-78302
【メール相談受付】
東京都青少年・治安対策本部
ホームページ、「こたエール」
のメール相談をクリック

子供の行動や心の発達等に関する相談

こころの電話相談室 (東京都立小児総合医療センター)
月~木 9:30~11:30、13:00~16:30 (金土日祝日、年末年始を除く。)
電話 042-312-8119

心の健康に関する相談

こころの相談電話
(東京都立中部総合精神保健福祉センター)
(港区、新宿区、品川区、目黒区、大田区、世田谷区、渋谷区、中野区、杉並区、練馬区) 電話 03-3302-7711
(東京都立精神保健福祉センター)
(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) 電話 03-3834-4102
(東京都立多摩総合精神保健福祉センター)
(多摩地区全域)
平日 9:00~17:00 (土日祝日、年末年始を除く。) ※各センターとも同じ
電話 042-371-5560

どこに電話をしても親身に話を聞いてもらえます。
(平成30年3月)