



# 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  
S 電話

いじめ・不登校に関する相談

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

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

(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

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

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

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

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

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

よいこに  
**03-3366-4152**

東京都児童相談センター

学校、子育て等、  
子供に関する相談全般  
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

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

9

## 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・東京

10

## こたエール

ネット・スマホのトラブル相談  
なやみゼロに

**0120-1-78302**

東京都立精神保健福祉センター

11

## LINEアカウント 「相談ほっとLINE@東京」

月～土 15:00～21:00(祝日・年末年始を除く)

※メール相談は 24 時間

11

## こころといのちのほっとライン

はなしてなやみ

**0570-087478** 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

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

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

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

相談時間 午後5時から午後9時  
毎週月曜日

開設期間 令和6年4月8日(月)～令和7年3月24日(月)  
※令和6年8月19日(月)～9月2日(月)は毎日実施  
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。