



不安や悩みがあるときは… 一人で悩まず、相談しよう



令和3年12月版

東京都いじめ相談ホットライン

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

24時間対応 **0120-53-8288**

メール相談

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

福生市の連絡先 ◆月～土曜日 午前8時30分から午後5時15分

学校等での悩み相談 福生市教育相談室 <b>042-551-7700</b> 福生市教育委員会	家庭等での悩み相談 福生市子ども家庭支援センター <b>042-539-2555</b> 福生市子ども家庭部
--	---

相談ほっとLINE@東京

都内の中学生・高校生向けのSNS相談

毎日 15:00～23:00 ※受付は22:30まで

東京都教育相談センター

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

24時間対応  
フリーダイヤル **0120-0-78310**

全国統一ダイヤル

こたエール

ネット・ケータイのトラブル相談

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

月～土 15:00～21:00(祝日・年末年始を除く)  
LINE相談は20:30まで受付 メール相談は24時間受付

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 **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 (子供の権利擁護専門相談事業)

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  
**03-5607-0799**

性暴力救援センター・東京

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。

東京都教育委員会

よいこに電話相談

学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに **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

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 宿直の警察官 に対応

警視庁 少年相談室

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～木 9:30～11:30 13:00～16:30  
(金土日祝日、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)

港、新宿、品川、目黒、大田、世田谷、渋谷、中野、杉並、練馬 <b>03-3302-7711</b>	千代田、中央、文京、台東、墨田、江東、豊島、葛飾、荒川、板橋、足立、北葛、江戸川、島しょ地域 <b>03-3844-2212</b>	多摩地域(23区、島しょ地域以外) <b>042-371-5560</b>
--	---	--

東京都立精神保健福祉センター

学校問題解決サポートセンター

保護者向け相談窓口

**03-3360-4195**

平日 9:00～17:00  
(土日祝日、年末年始を除く)

東京都教育相談センター

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よう。