

はじめなど、困ったときの相談は...

西 東 京 市 (令和2年3月版)

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 (東京都教育相談センター)

24時間対応 (フリーダイヤル) 電話 0120-53-8288

<https://e-sodan.metro.tokyo.jp/>

東京都 教育相談

検索

【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
メール相談をクリック

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 よいこに
土日祝日 9:00~17:00 電話 03-3366-4152
(年末年始を除く) 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-(子供の権利擁護専門相談事業)

平日 9:00~21:00 フリーダイヤル はなして みなよ
土日祝日 9:00~17:00 電話 0120-874-374
(年末年始を除く)

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

市内の中学生・高校生向けSNS相談

相談ほっとLINE@東京 (東京都教育委員会)

対 象 都内国公私立 中・高生のみなさん
開設期間 令和元年度 毎日
相談時間 午後5時から午後10時(受付は午後9時30分まで)



子供のSOS、不登校、いじめ、学校生活等に関する相談

西東京市子ども相談室 (ほっとルーム)

月~金 14:00~20:00 (土 10:00~16:00、日祝日、年始年末は除く。) 電話 0120-9109-77

西東京市教育相談センター

平日 9:00~17:00 (土日祝日、年末年始を除く。) 電話 042-425-4972

子ども家庭支援センターのどか

月~土 9:00~16:00 (土 12:00~13:00、日祝日、年末年始を除く。) 電話 042-439-0081

ゆうやけ電話相談 平日 16:30~18:30 (土日祝日、年末年始を除く。) 電話 042-439-4112

いじめの防止とSNSの適切な利用に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 検索

※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。また、こたエールのネット相談受付フォームにつながります。

ネット・ケータイのトラブル相談

<http://www.tokyohelpdesk.metro.tokyo.lg.jp/>

こたエール ・電話相談 0120-1-78302 ・メール相談
24時間受付・LINE相談 宛先名「相談ほっとLINE@東京」
電話&LINE: 月~土 15:00~21:00 (祝日・年末年始を除く)

こたエール

検索

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

月~木 9:30~11:30、13:00~16:30 (東京都立小児総合医療センター)
(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

こころの電話相談

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

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

(東京都立中部総合精神保健福祉センター) 電話 03-3302-7711

多摩地域(23区、島しょ地域以外)

(東京都立多摩総合精神保健福祉センター) 電話 042-371-5560

どこに電話をしても親切に話を聞いてもらえます。