

# はじめなど、困ったときの相談は...

西東京市（令和2年7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.lg.jp/>

【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

東京都 教育相談

検索

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 電話 0120-0-78310（フリーダイヤル なやみいおう）

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）よいこに

平日 9:00~21:00

土日祝日 9:00~17:00

（年末年始を除く）

聴覚言語障害者相談 FAX 03-3366-603

電話 03-3366-4152

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

**（子供の権利擁護専門相談事業）**

**話してみなよ-東京子供ネット-**

平日 9:00~21:00

フリーダイヤル はなして みなよ

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

保護者向け相談窓口

**学校問題解決サポートセンター（東京都教育相談センター）**

受付時間 平日9:00~17:00（土日祝日、年末年始を除く）

電話 03-3360-4195

都内の中学生・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2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、年末年始を除く。） 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、年末年始を除く。） 電話 042-420-2830

**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、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、年末年始を除く。） 電話 042-420-2835

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**

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。 <http://ijime.metro.tokyo.jp/>

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

検索

**こたエール**

インターネット なやみゼロに  
電話相談 0120-1-78302 ・メール相談 24時間受付

・LINE相談 ｱｯｸｯﾄﾞ名「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）

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

**こころの電話相談**

電話 042-371-5560

平日 9:00~17:00（土日祝日、年末年始を除く。）

**（東京都立多摩総合精神保健福祉センター）**

多摩地域（23区、島しょ地域以外）

どこに電話をしても親切に話を聞いてもらえます。