



はじめなど、^{こま}困ったときの相談は...^{そうだん}

小学生用

どこに電話をしても親切に話を聞いてもらえます。(小金井市教育委員会 令和2年8月)

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)
フリーダイヤル

24時間対応 電話 0120-53-8288
<https://e-sodan.metro.tokyo.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

子供の性格や行動、不登校、学校生活、子育て等に関する相談

小金井市教育相談所 月～土曜日 9:00～16:30
電話 042-384-2508・042-384-2097

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)
フリーダイヤル なやみ言おう

24時間対応 電話 0120-0-78310

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

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 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

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

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 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

心の健康に関する相談

こころの電話相談

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
(多摩地域) 電話 042-371-5560
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

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/>
※「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

こたエール メール相談 24時間受付

<http://www.tokyohelpdesk.metro.tokyo.lg.jp/> インターネット なやみせろに
月～土曜日 15:00～21:00 (祝日・年末年始を除く) 【電話 0120-1-78302】