

# いじめなど、困ったときの相談は...

**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

<http://www.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

**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 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  
土日祝日 9:00~17:00 (年末年始を除く。)  
電話 03-3366-4152  
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-**

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

**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

学校や家庭での悩みごと、いじめ等に関する相談

**大田区立教育センター**

**教育相談室** 電話 03-5748-1201  
**子ども電話相談** 電話 03-5748-1201  
月~金 9:00~19:00、土曜・日曜 9:00~17:00 (祝日、年末年始を除く)  
**子どもメール相談(心の輪)** メールアドレス kokoronowa@city.ota.tokyo.jp

**いじめの防止とSNSの適切な利用について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**

※「こころ空襲チェック」アプリを使って、東京都いじめ相談ホットライン、こたエールに、電話やメールができます。

**子供のネット・携帯のトラブル相談**

**こたエール**

平日 9:00~18:00  
土曜日 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)  
インターネット なやみゼロに  
電話 0120-1-78302

<http://www.tokyohelpdesk.jp/>

【メール相談受付】  
東京都青少年・治安対策本部  
ホームページ、「こたエール」の「メール相談」をクリック

**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 (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**

**こころの相談電話**

**(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)**  
(多摩地区全域)  
平日 9:00~17:00 (土日祝日、年末年始を除く。)  
電話 042-371-5560

※各センターとも同じ

どこに電話をしても親身に話を聞いてもらえます。  
(平成30年7月)