



ふあん なや ひとり なや そうだん
不安や悩みがあるときは … 一人で悩まず、相談しよう



八王子市立学校用
 令和6年4月版

**とうきょうと そうだん
 東京都いじめ相談ホットライン**

いじめ、学校生活、家族・友人関係、ヤングケアラー等に関する相談

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

子どもと家庭に関する総合相談

0歳から18歳未満のお子さんご家庭に関するあらゆる相談に応じています。

042-656-8225

◆月～土 9:00～19:00
 ◆日・祝日のみ 9:00～17:00(毎月第一火曜日但し祝日と重なった場合、第二火曜日
 年々年始12月29日から1月3日を除く)

八王子市子ども家庭支援センター

八王子市教育センター

いじめやその他の生活上の様々な悩み事に関する相談

子ども電話相談 042-664-3665
総合教育相談 042-664-6949

月～金 8:30～17:00(祝日、年末年始を除く)※各窓口共通

八王子市教育委員会

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

フリーダイヤル なやみおろ
0120-0-78310

全国統一ダイヤル

こころといのちのほっとライン

生きることに悩んでいる人のための相談

はなしてなやみ
0570-087478

毎日 12:00～翌朝5:30

東京都保健医療局

話してみなよ 東京子供ネット

いじめ、体罰、虐待等の子供の権利侵害に関する相談

フリーダイヤル はなして みなよ
0120-874-374

平日 9:00～21:00 土日祝日 9:00～17:00

東京都児童相談センター (子供の権利擁護専門相談事業)

八王子市子どものいじめ相談電話

子どものいじめ相談電話
042-620-7499

月～金 8:30～17:00(祝日、年末年始を除く)

八王子市役所 経営計画課

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

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)が対応
 ◆夜間、土日祝日・年末年始 宿直の警察官が対応

警視庁 少年相談係

児童・生徒を性暴力から守るための相談窓口

教職員等による児童・生徒への性暴力等に関する通報、相談

◆月、火、木 15:00～18:00
 ◆土 9:00～12:00

東京都教育委員会

こたエール

ネット・スマホのトラブル相談 **なやみゼロに**

電話相談 0120-1-78302

LINE相談

メール相談

月～土 15:00～21:00(祝日・年末年始を除く)

メール相談は24時間受付

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)

042-371-5560

東京都立精神保健福祉センター

SNS等教育相談

ニックネームや通称を使って相談することもできます。

毎日 15:00～23:00
 受付は22:30まで

東京都教育相談センター

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～金 9:00～12:00
 (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

性暴力支援ダイヤルNaNa

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応 03-5577-3899

性暴力支援センター・東京

ふあん なや だれ みちが しんらい おとな うえ そうだんきかん そうだん
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。