



ふあん なや

不安や悩みがあるときは …

ひとり

なや

一人で悩まず、相談しよう

そうだん



八王子市立学校用
令和6年12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

検索

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。

◆月～土 9:00～19:00 **042-656-8225**

◆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
年末年始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的様々な悩み事に関する相談

こども電話相談 **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 **0120-0-78310**

東京都内からかけると、東京都教育相談センターにつながります

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

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 **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

かんが 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。

考えよう いじめ SNS

検索

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

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 LINEアカウント相談ほっとLINE@東京

メール相談 **こたエール** 検索

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

性暴力救援ダイヤルNaNa

性暴力・被害に関する相談

24時間対応

03-5577-3899

性暴力救援センター・東京

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。