練馬区児童用
（令和５年７月版）

児童のみなさん

困ったときの相談は…

中村小学校には、相談できる人がたくさんいます。
自分のこと、友達のこと、家族のことなど、困ったときはいつでも相談してください。

スクールカウンセラー

名前　上野　綾子 先生、吉田　諭江 先生

学校に来る曜日
上野先生は、毎週火曜日が原則です。
吉田先生は、毎週水曜日が原則です。

いつもいる教室
相談室　もしくは　職員室

心のふれあい相談員

名前　石原　美和子 先生

学校に来る曜日
毎週 月、木、金曜日

いつもいる教室
相談室　もしくは　職員室

中村小学校　相談窓口　電話番号

学校代表：０３－３９９０－４２４１　　相談室直通：０９０－７１９６－７２５９

学校以外でも相談できる場所はたくさんあります。
身近な人に相談しづらいときは、こちらを利用することもできます。

【電話での相談】

○練馬区立学校教育支援センター　月～土曜日　午前９時～午後５時
※金曜日午後６時まで　※祝休日・年末年始は除く

光が丘　０３－５９９８－００９１　練馬　０３－３９９１－３６６６
関　０３－３９２８－７２００　大泉　０３－６３８５－４６８１

※自分の性格や行動、学校生活、家族のことなどの相談ができます。

○東京都いじめ相談ホットライン（２４時間対応）　０１２０－５３－８２８８
※いじめ、不登校、友人関係などの相談ができます

○２４時間子供ＳＯＳダイヤル（２４時間対応）　０１２０－０－７８３１０
※いじめの問題や家族のこと、その他の様々な相談ができます。

練馬区公式
アニメキャラクター
ねり丸
©2011 練馬区ねり丸

【チャットでの相談】

○子ども相談アプリ『ねりまホッとアプリ＋』
双方向のチャット形式で友達や学校、家族のことなど、匿名でなんでもカウンセラーに相談ができます。
※相談ができるのは毎日午後5時から午後10時まで（受付は午後9時30分まで）です。

▲Web版　▲LINE版

【メールでの相談】

○教育相談・いじめ相談メールフォーム
右のQRコードを読み取り、相談してください。
※学校生活の様々な相談やいじめに関係する相談ができます。
※学校のタブレットにはお返事はできません。

▲教育相談メール　▲いじめ相談メール