

生徒のみなさん

# 困ったときの相談は…

石神井中学校には、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

谷 明子 (たに あきこ) さん  
宮川 俊介 (みやがわ しゅんすけ) さん

### 学校に来る曜日

谷：水曜日 (10:15~18:45)  
宮川：木曜日 (9:00~17:00)

### いつもいる教室

教育相談室 (1階)

## 心のふれあい相談員

### 名前

木工本 美智子 (きくもと みちこ) さん

### 学校に来る曜日

火曜日・金曜日 (9:00~16:00)

### いつもいる教室

教育相談室 (1階)

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、家族の心配なこと等に関する相談ができます。
- 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、友人関係等に関する相談ができます。
- 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、その他の子供に関する様々な相談ができます。

困ったときは相談してみるねい!



練馬区  
公式アニメキャラクター  
ねり丸  
©2011 練馬区ねり丸

## 【メールでの相談】

- 子ども相談メール  
タブレットの「お気に入り」から相談できます。  
※友人関係や学校生活全般、家族の心配なことなど  
様々な相談ができます。お返事はクラスルームか  
ら確認できます。
- いじめ相談メール  
下のQRコードを読み取り、相談してください。  
※いじめに関する相談ができます。



## 【アプリやSNSでの相談】

- ねりまホットアプリ  
下のQRコードを読み取り、相談してください。  
※いじめに関する相談ができます。
- 相談ほっとLINE@東京  
下のQRコードを読み取り、相談してください。  
※学校生活全般に関する相談が  
できます。



※ねりまホットアプリは、タブレットの「お気に入り」からもアクセスできます。