

5月末まで学校休業が続きます。

児童・生徒のみなさん  
保護者のみなさん

# 困ったときの相談は...

練馬区用  
(令和2年5月版)

## 【練馬区相談窓口】 困っていること・心配なことを相談してみませんか

ねりまくりつがっこうきょういくしえん  
(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

メールでも相談できます



練馬区ホームページ「教育相談室」で検索いただいたサイトの「教育相談メールフォーム」または、右記QRコードから相談してください。

## 練馬区立小・中学校に通う子供向けいじめ相談

練馬区HP▶トップページ▶検索に『いじめの相談』と入力  
▶いじめの相談▶いじめ相談メール



## 学校にも相談できる人がいます

練馬区立小中学校では、スクールカウンセラーや心のふれあい相談員がみなさんの相談をお聞きします。

## 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 電話 03-3366-4152  
(年末年始を除く) 聴覚言語障害者相談 FAX 03-3366-6036

## いじめ、体罰、虐待等の子供の権利侵害に関する相談

## 話してみなよ-東京子供ネット-(子供の権利擁護専門相談事業)

平日 9:00～21:00 フリーダイヤル はなして みなよ  
土日祝日 9:00～17:00 (年末年始を除く) 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(心理職および警察官)が対応、夜間および土日祝日は宿直の警察官が対応 電話 03-3580-4970

## 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

<https://e-sodan.metro.tokyo.lg.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 電話 0120-0-78310 (全国统一ダイヤル)

## いじめの防止とSNSの適切な利用に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/>

※「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。また、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

## ネット・ケータイのトラブル相談

<http://www.tokyohelpdesk.metro.tokyo.lg.jp/>

## こたエール

インターネット なやみゼロに  
こたエール 検索  
・電話相談 0120-1-78302 ・メール相談 24時間受付  
・LINE相談 アカウント名「相談ほっとLINE@東京」  
電話&LINE:月～土 15:00～21:00(祝日・年末年始を除く)

## 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 (土日祝、休職時を除く) 電話 042-312-8119

## 心の健康に関する相談

## こころの電話相談

(東京都立中部総合精神保健福祉センター)

平日 9:00～17:00(土日祝、休職時を除く) ※各センターとも同じ 電話 03-3302-7711

## 都内の中学生・高校生向けSNS相談

## 相談ほっとLINE@東京 (東京都教育委員会)

対象 都内国公立 中・高生のみなさん  
開設期間 令和2年度 毎日  
相談時間 午後5時から午後10時(受付は午後9時30分まで)



どこに電話しても親切に話を聞いてもらえます。