

生徒のみなさん

困ったときの相談は…

【光が丘第三中学校】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

学校に来る曜日

火曜日

いつもいる教室

1F 相談室

心のふれあい相談員

学校に来る曜日

水曜日・木曜日

いつもいる教室

1F 相談室

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。