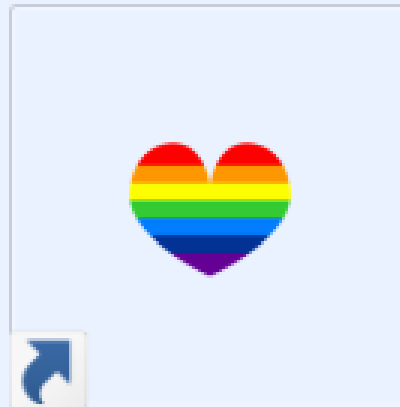


# 生活指導だより



そうだん

## 相談体制

悩み事や困ったことがある場合には、一人で悩まず周囲にSOSを出すことも大切です。神南小学校では、2名のスクールカウンセラー（SC）や養護教諭を中心とした相談体制を整えています。11月には、渋谷区教育委員会によるタブレットPCのアップデートにより、「そうだん」のショートカットキーができました。開くと、区内外の様々な相談機関の連絡先が表示されます。特に、右上の「渋谷区教育委員会・教育センター」のタブをタップすると、相談Foam（フォーム）が自動で立ち上がり、直接悩みや相談事を書き込み、その場で送信することができます。



不安や悩みがあるときは …

一人で悩まず、相談しよう



区市町村立学校用  
令和3年11月版

東京都いじめ相談ホットライン

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

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

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 なやみおろ

24時間対応 **0120-0-78310**

全国統一ダイヤル

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

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～木 9:30～11:30 13:00～16:30

(金土日祝日、年末年始を除く)

東京都立小児総合医療センター

相談ほっとLINE@東京

都内の中学生・高校生向けのSNS相談



令和3年5月31日(月)まで 毎日 9:00～23:00

6月1日(火)から 毎日 16:00～23:00



東京都教育委員会 ※受付は22:30まで

よいこに電話相談

学校、子育て等、子供に関する相談全般

よいこに **03-3366-4152**

聴覚言語障害者相談(FAX) **03-3366-6036**

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 (年末年始を除く)

こたエール

ネット・ケータイのトラブル相談 なやみゼロに

電話相談 **0120-1-78302**

LINE相談 アカウント名「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)

LINE相談は20:30まで受付 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)

港、新宿、品川、目黒、大田、世田谷、渋谷、中野、杉並、練馬

**03-3302-7711**

千代田、中央、文京、台東、墨田、江東、豊島、北、荒川、板橋、足立、葛飾、江戸川、島しょ地域

**03-3844-2212**

多摩地域 (23区、島しょ地域以外)

**042-371-5560**

東京都立精神保健福祉センター

渋谷区教育委員会・教育センター

①電話相談(いじめ110番)

03-3463-3798

②タブレットからの相談

この🌈をクリック(入力画面が開きます。)

③身近にいる信頼できる大人に相談

家族や先生など、自分が話やすい人に相談しましょう。

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 はなして みなよ

**0120-874-374**

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(子供の権利擁護専門相談事業)

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)

◆夜間、土日祝日 宿直の警察官が対応

警視庁 少年相談室

学校問題解決サポートセンター

保護者向け相談窓口

**03-3360-4195**

平日 9:00～17:00

(土日祝日、年末年始を除く)

東京都教育相談センター

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。