令和８年１０月

保護者向け相談窓口一覧

どんなことでも構いません。遠慮せずに御相談ください。

T 電話による相談／問合わせ
M 来所による相談／問合わせ
W Ｗｅｂによる相談／問合わせ



いじめや不登校、引きこもりなど、学校生活のことについて相談したい。

各区市町村教育相談所（室）一覧

お住いの地区の各教育相談を行う機関、相談先の一覧です。

T M W

教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン

24 時間対応

0120-53-8288

東京都教育相談センター

T M W

青少年リスタートプレイス・思春期サポートプレイス

都立高校への就学に向けた支援や心理等の専門家を招いた講演会を行っています。

03-3360-4192 東京都教育相談センター

T M



生活や子育てなど家庭のことについて困っている。

子供家庭支援センター一覧

18 歳未満の子供や子育て、家庭のあらゆる相談を受けています。

T M

東京都児童相談センター・児童相談所

原則 18 歳未満の子供に関する相談や通告について、どなたからも受け付けています。

T M



非行や暴力、犯罪被害などを警察に相談したい。

警視庁少年センター

都内８か所、心理専門の職員が「秘密厳守」「無料」で相談に応じます。

警視庁少年育成課

T M

ヤング・テレホン・コーナー

03-3580-4970

警視庁　少年相談係

T



精神科受診について相談したい。

心の悩みや不安などを聞いてほしい。

こどもの精神科受診に関する相談

042-300-5111 東京都立小児総合医療センター

T

こころといのちのほっとライン

0570-087478 東京都保健医療局

T