

不安や悩みがあるときは … 一人で悩まず、相談しよう



多摩市立学校用
令和３年７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

相談ほっとＬＩＮＥ@東京

都内の中学生・高校生向けのSNS相談

毎日　15:00～23:00　※受付は22:30まで

東京都教育相談センター

多摩市立教育センター

子供の性格や行動、不登校、学校生活、子育て等に関する相談

発達・教育初回相談窓口 **042-372-1038**

◆月～土曜日　9:00～12:00　13:00～17:00

多摩市教育委員会

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

24時間対応

フリーダイヤル　なやみいおう

0120-0-78310

全国統一ダイヤル

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

話してみなよ　東京子供ネット

いじめ、体罰、虐待等の子供の人権侵害に関する相談

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）

性暴力救援ダイヤル NaNa

性暴力・性被害に関する相談

24時間対応

03-5607-0799　ななきゅうきゅう

性暴力救援センター・東京

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

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（年末年始を除く）

東京都児童相談センター

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

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

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	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	多摩地域（23区、島しょ地域以外）
03-3302-7711	03-3844-2212	042-371-5560

東京都立精神保健福祉センター

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ょう。

保護者の皆様

お困りごとを相談してみませんか

多摩市の相談窓口
令和３年７月版

１　子ども・子育ての困りごと・不安

相談内容	概要	キーワード	担当課
子育てに関する相談	妊娠期から１８歳までの切れ目のない子育て支援を行う地域の身近な拠点として、親子の交流、子育てマネージャーによる子育てに関する相談や地域情報の提供等を行っています。	子育てマネージャー	地域子育て支援拠点 ①多摩センター地域（子ども家庭支援センター「たまっこ」　℡ 375-0104） ②和田・東寺方地域（多摩保育園子育てセンター　℡ 375-8242） ③聖蹟桜ケ丘地域　（一ノ宮児童館　℡ 375-4643） ④連光寺地域　（連光寺児童館　℡ 338-5881） ⑤諏訪地域　（諏訪児童館　℡ 375-0991） ⑥永山地域　（永山児童館　℡ 373-0991） ⑦落合地域　（落合児童館　℡ 371-5955） ⑧唐木田地域　（唐木田児童館　℡ 338-2277）
妊娠・出産・子育てに関する相談	妊娠・出産及び乳幼児の発育、発達、子育て全般について、保健師、栄養士、歯科衛生士などの専門職が相談を行っています。	妊婦 子どもの発育・発達	健康センター（健康推進課） 関戸 4-19-5　健康センター　℡ 376－9111
子どもと家庭に関する総合相談	０歳からおおむね１８歳までの子どもとその家庭に関する相談を受け付けています。（虐待に関する相談にも応じます。）	子育て相談 児童虐待	子ども家庭支援センター　【要予約】 豊ヶ丘 1-21-3　子ども家庭支援センター　℡ 355-3777

２　経済的な困りごと・不安

相談内容	概要	キーワード	担当課
しごと・くらしの悩みごと相談 （しごと・くらしサポートステーション）	ひきこもりの方への支援、就労のための準備、就労、家計改善、その他生活に困りごとを抱える世帯の自立に向けた各支援を行っています。求職活動期間中の家賃相当分の給付もあります。（要件有）	ひきこもり、就労準備支援、就労支援、家計改善、生活の自立	福祉総務課　【要予約】 永山 1-5　ベルブ永山４階　℡ 338-6942

３　その他、生活の悩み

相談内容	概要	キーワード	担当課
女性を取り巻く悩みなんでも相談	自分の人生や家族のこと、職場等での人間関係、DV に関することなど、女性を取り巻く様々な心理的な悩みについて、専門の女性相談員が面接または電話にて相談を受け付けています。	女性相談	TAMA 女性センター　【要予約】 関戸 4-72　ヴィータ・コミューネ７階　℡ 355-2110