

いじめのこと、
電話で相談できないとき

■足立区いじめ相談
ネット受付



どこに相談したらいいか
わからないとき

■よりそいホットライン
(24時間・年中無休)

つながる ききえる
☎ 0120-279-338

気づく つながる いのちを守る
こころといのち支援係

☎ 03-3880-5432
FAX 03-3880-5602



いじめをやめさせたい、
助けてほしいとき

月～金 8:30～17:00

■足立区いじめ110番 ☎ 03-3880-5577

■足立区子ども心配ごと相談 ☎ 03-3880-5217

いじめなど、つらい気持ちを
聞いてほしいとき

■チャイルドライン ☎ 0120-99-7777

(通話無料) 16:00～21:00 (年末年始を除く)

■子どもの人権110番 ☎ 0120-007-110

(通話無料) 月～金 8:30～17:15

■24時間子供SOSダイヤル

(通話無料) ☎ 0120-0-78310

■教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン

(通話無料) ☎ 0120-53-8288 [24時間]

ぼうりよく ぼうげん
親などから暴力・暴言を受けて
悲しいとき、困ったとき

■キッズライン (足立区)

☎ 0120-300-736

(通話無料) 月～土 8:30～17:00

なんとなく心や体が不調なとき

江北保健センター ☎ 03-3896-4011

※「すこやかプラザ あだち」内に令和7年移転予定

千住保健センター ☎ 03-3888-4278

竹の塚保健センター ☎ 03-3855-5093・4

中央本町地域・保健総合支援課 ☎ 03-3880-5352

東部保健センター ☎ 03-3606-4171

月～金 8:30～17:00

東京都立精神保健福祉センター ☎ 03-3844-2212

月～金 9:00～17:00

.....
相談ほっとLINE@東京～LINE相談～

生きるのがつらいとき

15:00～23:00 (受付は22:30まで)

※年中無休

ネット・スマホで困ったとき

15:00～21:00 (受付は20:30まで)

※日祝日除く



.....
※特に表記がない限り、原則として

祝日・年末年始を除きます。

令和6年4月発行