

# 思春期 サポートプレイス通信



あたたかな春の日差しに、少しずつ心もほぐれる季節となりました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。本号では、「東京都教育相談センターの相談事業」を特集します。不登校や登校しぶりのお悩みは、一人一人違い、さまざまな思いや状況が重なっていることも少なくありません。「どうしたらいいのだろう」と感じることもあるかもしれません。東京都教育相談センターでは、そうした多様で複雑なお悩みに寄り添いながら、状況に応じた支援を行っています。本特集では、その取り組みについてご紹介します。一人で抱え込まず、少しずつ一緒に考えていきましょう。また、来年度に予定している講演会の日程もあわせてお知らせしています。ご関心のある方は、ぜひお気軽にご参加ください。

## 相談しよう私の気持ち

SNSで きがるに  
つながりたい

**SNS等教育相談  
話してみよう子供専用**

午後3時から午後11時まで  
(受付は午後10時30分まで)

★都内在住・在籍の小学生、中学生  
及び高校生相当年齢の子供本人  
★二次元コードから相談又はLINEで  
「相談ほっとLINE@東京」で検索し相談できます

かなしい もやもや  
話したい

**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**

★お子様本人でも、保護者の方でもご利用できます  
★いじめ以外の相談も受け付けています  
★来所相談もできます

来年度も引き続き、不登校や登校しぶりの悩みに寄り添う講演会を企画します。

令和8年度  
思春期サポートプレイス講演会日程

★参集と同時配信のハイブリット型で行います。自宅から気軽にご参加ください。

第一回  
令和8年  
6月20日(土)

第二回  
令和8年  
10月24日(土)

第三回  
令和9年  
1月23日(土)

都立高校への進級や進路  
について相談したい

**高校進級・進路・入学相談**

**03-3360-4175**

月～土：午前9時から午後5時まで

★都立高校への進学・転学・編入学、  
高校中途退学後のことについての相談  
★来所相談もできます  
★教職員等、教育関係者からも相談できます

イライラ 困った  
伝えたい

**メール相談**

学校生活や進路の悩みや困りごとについて  
時間や場所を気にせずメールで相談できます

24時間受付

★二次元コードからご利用できます  
★返信は1回のみです  
★お急ぎの方や詳しい相談をご希望の方は電話相談をご利用ください