



對了n
LINE諮詢

對了n
諮詢放心LINE
問的今天
@東京



如果網絡・智能手機感到為難



月～星期六bi 15～21點
yuku實在，不睡松不倒伏做除去



kota淡色啤
酒郵件也OK



朋友 zoku 做nro
朋友・家族，前進的道路，欺侮等煩惱



每日15～23點
(接受，到22點30分)

試著說樣子 孩子專用



想死，簡直想要消失
苦的黑暗



每日15～23點
(接受，到22點30分)

「生きるのがつらいと感じたら…」

原因幹在
如果我想性受害有

水gi
由於游泳衣被遮住的地方（私人地域）看
wo被看，被觸摸時等

原因幹在是那樣n窗牢騷
性受害諮詢服務

星期一・星期三・星期五・星期六（做yuku實在，不睡松不倒伏做除去）16～21點（接受，到20點30分）

kazoku罐Kei
逆鯛魚和家族關聯的煩惱

問的今天 母子 對了n
為了東京都父母和子女的諮詢 LINE

「從哎總是被發生」
「由於在兄弟間的糾紛感到為難」等

月～星期五bi 9～23點 土・日・做yuku實在，不睡松不倒伏9～17點
(接受，到22點30分) 全部這麼著，每日13～21點



對了n
用郵件諮詢



從網站 對了n 或郵件

獅子yun來 健康
青春期的健康煩惱

わかも
とうきょう若者ヘルスサポート

わかも

郵件變身星期二・星期三・星期五：15點～20點
日：9點～14點（癌其實休息）

電話也可
0120- 372- 463



jo原因 健康
女性的心・身體的健康煩惱

女性のための健康ホットライン



朋友 zoku 取tsu如此如此 做nro
朋友，家族，向東京都立高中的前進的道路

東京都教育相談センター
Tokyo Metropolitan Education Consultation Center



郵件變身（為do治理yuku實在不・睡松不倒伏做露出5天左右）

原因幹在
如果我想性受害有

生薑癖性需要 初中生・高中生

ji怎麼 與原因供給yo不懊悔問 原因bo瓜yoku ma也
從由教職員等的性暴力保護兒童學生ら守る
參與ya那樣n窗牢騷
為了的第三者諮詢服務

這樣ritsu學校ji怎麼 與原因鯛魚背
公立學校的兒童・學生是對象



拉ko帶子只有充滿

東京都
ひきこもりサポートネット





不出電話諮詢
對了n

對了n窗牢騷

如果有可能諮詢服務～感到為難，煩惱，一個人不抱是那樣n做～

令和6年8月時刻

朋友・家族，前進的道路，曠課，欺侮等煩惱

いじめで困ったり、ともだちや先生のことと不安や悩みがあったりしたら、
一人で悩まず、いつでもすぐ相談してください。

24時間子供SOSダイヤル (通話料無料)
0120-0-78310

教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン

0120-53-8288

也受理欺侮以外的諮詢。

原因幹在
如果我想性受害有

孩子 種不告辭那樣原因幹在是那樣n
孩子・家長專用性受害諮詢熱線

<從東京都内 (與問的今天沒有) 掛上(放上)時>
0120-333-891 (muRyo)
<從東京都外 (與問的今天在) 掛上(放上)時>
03-6811-0850 (YuhRyo)

毎日24小時

從由教職員等的性暴力保護兒童・學生為了的第三者諮詢服務

星期一・星期二・星期四下午(gogo)3點～6時
星期六上午(zen)9點～12時070—3163—900
070—1310—6899
080-9418-8245

這樣ritsu學校ji怎麼 與原因鯛魚背
公立學校的兒童・學生是對象

在覺得時活苦 罐

電話で相談 0570-087478
～こころといのちのほっとライン～
年中無休12時～翌朝5時30分

從欺侮・鯛魚叉(×)・逆鯛魚守護孩子的權利

話してみなよ —東京子供ネット—
0120-874-374
月～金 午前9時～午後9時
土・日・祝 午前9時～午後5時
(12月29日から1月3日を除く) ※携帯電話からも相談できます。

學校正是 能取勝在
學校，育兒，家庭苦惱

為兒童諮詢中心好的ko電話諮詢
03-3366-4152
03-3366-6036
月曜日から金曜日 午前9時から午後9時
土曜日・日曜日・祝日 午前9時から午後5時
(12月29日から1月3日を除く)

因特網和在智能手機的糾紛

電話で相談する
0120-1-78302
受付時間 月～土曜日 15:00～21:00
節日，除去年末年初

心的健康(健康)

心的電話諮詢

(綜合)精神保健福利中心

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)
【擔當地區】
港，新宿，品川，目黒，大田，世田谷，澀谷，中野，杉並，練馬
03-3302-7711
【擔當地區】
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，島嶼地區
03-3844-2212
【擔當地區】
多摩地區 (23區，島嶼地區以外)
042-371-5560

こころの電話相談室

042-312-8119
月～金 9:00～12:00
(祝日、年末年始を除く)
東京都立小児総合医療センター

夜間こころの電話相談

03-5155-5028
毎日17時～22時
(接受到21時30分)

大家感到為難的聽說和
想說事的人們在

