

高校生になると、交友関係が広がり、予期せぬトラブルの被害者や加害者となる可能性があります。
トラブルに遭った場合や、心配なことがあれば、学校の先生など周囲の大人や身近にいる信頼できる大人に相談しましょう。

※学校以外への相談先は裏面を御覧ください。

軽微な「いじめ」も
見逃しません！

いじめにつながる事例

早期にいじめを解消しないことで、重大な被害が生じた事案が増えています。

- ・運動が苦手な友人に「あなたのせいで負けたの分かってるの！」と問い詰めた。
- ・お金を持ってこないことを理由に、殴ったり、蹴ったりした。

いじめって何？

本人が「苦痛」を感じていたら



いじめ です。

「好意で行った」、「悪意はない」、「本人もいじめている」などの場合でも「いじめ」となる場合があります。

SOSを出す

都立高校は、いじめを生まない、許さない学校づくりに取り組んでいます。

嫌なことや悲しいことがあったら、家族や先生、友達に話してください。

<教育相談等の充実に向けた取組>

- ・いじめに関するアンケート
- ・スクールカウンセラーの配置



「盗撮」の被害者にも
加害者にもさせません！

盗撮等に関する事例

スマートフォン等を利用した盗撮に関する事案が増えています。

- ・合宿中、友人の下着の写真を撮影し、SNSに投稿した。
- ・スマートフォンを使いスカートの中を撮影し、逮捕された。

盗撮は犯罪です！

性的な部位や下着が写っている写真や動画を「盗撮」された場合

撮影罪 という犯罪の被害です。

「無理やり撮影されたり、怖くて断るのが難しい状態で撮影されたりした」場合も同様です。

一人で抱え込まない

都立高校は、警察と連携し、解決に向けた取組を速やかに実施します。

被害に遭った、被害に遭ったかとも思った場合は迷わず相談してください。

<情報モラル向上に向けた取組>

- ・「SNS東京ルール」の取組
- ・学校非公式サイト等を監視



「薬物」には絶対に
手を出させません！

薬物事犯の事例

若者を中心に大麻の乱用が拡大するなど、薬物乱用の低年齢化が問題となっています。

- ・違法薬物を購入し、所持していたため、逮捕された。
- ・友人から大麻を使わないかと誘われて、使用し、逮捕された。

薬物に関わることは犯罪です！

「大麻が入った食品」を人にあげたり、持っていることも

違法 です。

令和4年に大麻事犯により検挙された高校生は150人もいました。

断る勇気をもつ

薬物は、一度使用するだけで、人生を台無しにしてしまいます。はっきりと断りましょう。

断るコツは2つ！「はっきり断る」、「その場を離れる」です。

<薬物乱用防止に向けた取組>

- ・薬物乱用防止教室の実施
- ・警察職員、学校薬剤師等と連携



教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン (生)

いじめ、学校生活、家族・友人関係、ヤングケアラー等に関する相談

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

24時間子供SOSダイヤル (生) (保)

いじめの問題やその他の子供に関する相談全般

フリーダイヤル 24時間対応

なやみいおう

0120-0-78310

全国統一ダイヤル

話してみなよ 東京子供ネット (生) (保)

いじめ、体罰、虐待等の子供の権利侵害に関する相談

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)

SNS等教育相談 (生)

友達、恋愛、家族、進路のことなど、ウェブチャットで相談をお受けしています。



◆対象 都内在住又は在籍の小学生・中学生・高校生

◆相談時間 毎日 15:00~23:00
※受付は22:30まで

東京都教育相談センター

考えよう!いじめ・SNS@Tokyo (生)

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。

考えよう いじめ SNS 検索

東京都教育委員会

こたエール (生) (保)

ネット・スマホのトラブル相談

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)

※メール相談は24時間受付中

薬物乱用に関する相談 (生) (保)

東京都には薬物相談の専門家がいます。ご本人だけでなく、ご家族やお友達など、身近な方からのご相談も受け付けています。

【危険ドラッグに関すること】

03-5320-4515 (危険ドラッグ担当)

【大麻等の違法薬物に関すること】

03-5320-4505 (麻薬対策担当)

メール相談 **東京都 危険ドラッグ** 検索

ご質問にチャットボットがお答えします。

東京都保健医療局

こころの健康や薬物等の問題についての相談 (生) (保)

こころの健康や薬物等の問題について、ご本人、ご家族、関係機関の方からのご相談に応じています。まずは電話でご相談ください。

東京都立精神保健福祉センター 担当地域：千代田区・中央区・文京区・台東区・墨田区・江東区・豊島区・北区・荒川区・板橋区・足立区・葛飾区・江戸川区と島しょ地域

【こころの電話相談】 **03-3844-2212**

中部総合精神保健福祉センター 担当地域：港区・新宿区・品川区・目黒区・大田区・世田谷区・渋谷区・中野区・杉並区・練馬区

【こころの電話相談】 **03-3302-7711**

多摩総合精神保健福祉センター 担当地域：多摩地域全域

【こころの電話相談】 **042-371-5560**

◆月~金 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)

ヤング・テレホン・コーナー (生)

非行、いじめ、不登校、薬物、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・年末年始

宿直の警察官が対応

警視庁 少年相談係