

中高生  
向け

# 子供の居場所で

# 聞いた<sup>こえ</sup>声

みなさんから聞いた意見は  
今後のアクションにつなげていきます



# はじめに

東京都では、子供のためのルールや取組を考えるときに、主役であるみなさんの意見を大切にしたいと考えています。

たくさんの声を聴くために、みなさんがいつも過ごしているいろいろな場所に行ってきました。

毎日の生活の中で、悩んでいることや、困っていること、うれしいこと、やってみたいことなど、いろいろな声やアイデアがありました。

この冊子では、みなさんから聴いた声とその声をもとにした東京都の取組をご紹介します。今回ご紹介しきれなかった意見も含めて、これからも、みなさんの意見をしっかりと受け止めて、みなさんのためにどうするのが一番いいのかを考えながら、取り組んでいきます。



# もくじ

- はじめに ..... 2
- ページの読み方 ..... 3
- ヒアリングの概要 ..... 4
- 「子供の居場所」でヒアリングするのは、なぜ? ..... 5
- 「悩みの相談」についての声と東京都の取組 ..... 6
- 「学びの環境」についての声と東京都の取組 ..... 10
- 「遊び場・居場所」についての声と東京都の取組 ..... 16
- 「意見を言うこと」についての声と東京都の取組 ..... 24
- 施設ごとのみなさんの声 ..... 26
- ヒアリング受け入れ施設の声 ..... 28
- みなさんの声を受けて ..... 29
- 東京都のこれまでの取組 ..... 30



# ページの読み方

## テーマ

みなさんにヒアリングした内容です。悩みの相談や学びの環境、遊び場・居場所、意見を言うことについて聴きました。

## 子供の声

みなさんからのいろいろな声を載せました。年代や聴いた場所も紹介しています。

## 東京都の取組

みなさんの声をもとにして、東京都が行う取組を紹介しています。

### 1 「悩みの相談」についての声

悩みや不安の相談

相談室は予約が必要で、すぐにいけない  
(小学生・中学生クラブ)

(相談室やスクールカウンセラーに) 行きたいと思う時もあるんだけど、行かない。時間がない  
(小学生・中学生相談室)

相談しにくいことがハードルが高い。こんなことで相談していいのかなと思ってしまう。なかなか相談できない。安心して相談できる場所がほしい  
(中学生・中学生相談室)

相談したい時は自分で悩むでしょ、だって相談できる人がいない  
(中学生・中学生相談室)

親が自分の思うような反応してくれないから、伝えられない。伝えたと遊ばせちゃうから相談する場所がなくて困ってる  
(中学生・中学生相談室)

電話番号で1回1回手を掛けて、いろいろ話すのがちょっと面倒だけど、LINEとかだったらやりやすいかも  
(中学生・中学生相談室)

困ったなと思った時は、保健室に行ったら保健の先生にお話しするみたいなのもある  
(中学生・中学生相談室)

学校で相談するとなると自分にとってはハードルが高い気がする。忙しから迷って考えたりもする  
(中学生・中学生相談室)

東京都の取組

モヤモヤしたときは、まずは“ギョッとチャット”に相談

Check!

- ✓ 子供や保護者が、いろいろな相談相手とつながって、名前を言わずに気軽に悩みや心配ごとを話せる環境を整えます。
- ✓ 人気キャラクターといっしょに広報したり、相談の例を紹介したりして、特に、悩みを一人で抱え込みやすい中学生や高校生に「相談していいんだよ」とわかりやすく伝え、伝えることに力を入れます。
- ✓ AIチャットが悩みの整理をお手伝いして、おすすめの相談先を案内します。いろいろな専門機関や役所と協力して、総合的な相談のしほみを実現します。

10代の中からだけこころの悩みに合わせて相談ができます

Check!

- ✓ 小学生や高校生など、思春期に特有の体や心の悩みを相談できる「ようきょう若者ヘルプサポート(わかきぽ)」という相談窓口を運営しています。
- ✓ 体や心のことで悩んでいる若い人の相談を受ける医療機関をサポートします。

「TOKYO YOUTH HEALTHCARE」というホームページで、体や心の健康に関する情報をわかりやすく発信しています。

※「子供の声」は、みなさんの実際の意見をもとに記載しています。



# ヒアリングの概要



## 聴いたテーマ

悩みの  
相談

学びの  
環境

遊び場・  
居場所

意見を  
言うこと

## 聴いた人数

未就学児・小学生 ————— 531人  
中学生・高校生 ————— 157人

計688人



## ヒアリングをした施設

施設	人数	施設	人数
学童クラブ	236	放課後等デイサービス	46
児童館	89	日本語教室	41
子供食堂	83	ユースセンター	29
児童養護施設	63	プレーパーク	11
フリースクール	57	その他	33
		合計	688

## 工夫したこと

みなさんがリラックスできる雰囲気づくりと関わり方を大切にして、できるだけ本音で話せるようにヒアリングの準備をしました。ヒアリングの間は、みなさんが傷ついたり、ストレスがかかったりしないように気をつけました。小さな子供たちには絵本を使いながら、自分の意見が言えるようにしました。

※ このヒアリングは、2025年6～11月に、東京都から委託を受けた株式会社ヒト・コミュニケーションズが行いました。



# 「子供の居場所」で ヒアリングするのは、なぜ？

全ての子供が誰一人取り残されることなく、将来へ希望を持って、伸び伸びと健やかに育っていくことができる社会を実現するためには、当事者である子供の意見を聴くことが大切です。いろいろな環境にいる子供から、一人ひとりに寄り添って意見を聴くため、みなさんが日常を過ごしているいろいろな場所に行きました。

なぜ、  
子供に  
聴くの？

子供は社会の一員であり、たくさんの権利を持っています。子供の権利が大切にされ、みなさんが幸せに過ごせるように「東京都子ども基本条例」ができました。



東京都子ども基本条例

## ● 子供を権利の主体として尊重

子供には、誰もが持っている当たり前の「権利」があり、大切にされます。

## ● 子供の最善の利益が最優先

大人は、子供に最もよいことは何かを第一に考えます。

## ● 子供の意見は大切

子供の意見は価値があるものです。大人は、子供の意見にしっかり向き合います。

東京都は、みなさんが安心して学び、遊び、暮らせるように、学校や公園、水道、病院、道路など、毎日の生活に欠かせないさまざまなことを支えています。また、社会にあるいろいろな課題を解決するための取組も進めています。

そして、子供のための取組を考えると、主役であるみなさんの声はとても大切です。東京都は、これからもみなさんの思いやアイデアをさ

まざまな形で聴き、よりよい政策づくりに生かしていきたいと考えています。

ぜひ、みなさんの率直な意見や気づきを聴かせてください。

東京都子どもホームページに  
みなさんの声が  
掲載されています



# 1 「悩みの相談」についての声

## 悩みや不安の相談



相談室は予約が必要で、  
すぐに行けない

(小学生@学童クラブ)

(相談室やスクールカウンセラーに)  
行きたいって思う時もあるんだけど、  
行かない。時間が無い

(小学生@子供食堂)

誰かに相談しに行くことが  
ハードルが高い。  
こんなことで相談していいのかなと  
思ってしまい、なかなか相談できない。  
安心して相談できる場所がほしい

(中学生@子供食堂)

相談したい時は自分で悩んでしょ、  
だって相談できる人がいない

(中学生@ユースセンター)

親が自分の思うような  
反応をしてくれないから、伝えられない。  
伝えると返されちゃうから  
相談する場所がなくて困ってる

(中学生@子供食堂)

電話番号で1回1回手を掛けて、  
いろいろ話すのがちょっと面倒だけど、  
LINEとかだったらやりやすいかも

(中学生@学習支援拠点)

困ったなと思った時は、  
保健室に行って保健の先生に  
お話しするみたいな時もある

(高校生@児童養護施設)

学校で相談するとなると  
自分にとってはハードルが  
高い気がする。  
忙しいから迷惑かなって  
考えたりもする

(高校生@ユースセンター)





## 東京都の取組



### モヤモヤしたときは、 まずは“ギョッとチャット”に相談

Check!



ギョッと  
チャット

- ✓ 子供や保護者が、いろいろな相談相手とつながって、名前を言わずに気軽に悩みや心配ごとを話せる環境を整えます。
- ✓ 人気キャラクターといっしょに広報したり、相談の例を紹介したりして、特に、悩みを一人で抱え込みやすい中学生や高校生に「相談していいんだよ」とわかりやすくお伝えすることに力を入れます。
- ✓ AIチャットが悩みの整理をお手伝いして、おすすめの相談先を案内します。  
いろんな専門機関や役所と協力して、総合的な相談のしくみを実現します。

### 10代のからだやこころの 悩みについて相談できます

Check!



わかさぼ



TOKYO YOUTH  
HEALTHCARE

- ✓ 中学生や高校生など、思春期に特有の体や心の悩みを相談できる「とうきょう若者ヘルスサポート(わかさぼ)」という相談窓口を運営しています。
- ✓ 体や心のことで悩んでいる若い人の相談を受ける医療機関をサポートします。
- ✓ 「TOKYO YOUTH HEALTHCARE」というホームページで、体や心の健康に関する情報をわかりやすく発信しています。



## 2 「悩みの相談」についての声



### 思春期のメンタルヘルス

自分の悩みそれだけで人に話しちゃうのは時間とか奪ったりして迷惑なんじゃないかなって思う

(中学生@児童館)

悩みを言わないっていうルールを自分で作っちゃってる

(中学生@児童館)

自分で何とか考えて、自分はもっとこうすればよかったのかなって感じで改善していく

(中学生@児童館)

自分から相談する勇気が出ない

(高校生@学習支援拠点)

整理していないので、余計なこと考えすぎて頭がパンクしちゃう

(高校生@放課後等デイサービス)

自分から動くことがすごく苦手です。「進路をどうするの?」っていう職員とか担任の先生からの声が多くて、不安になった時期があった

(高校生@児童養護施設)

### SNS やインターネットの利用

SNSのやりとりとかで、友達関係がすごく難しいとかってようなことがある

(小学生@子供食堂)

SNSとかメールは、トラブルが自分が知らないところで起こってたりする

(中学生@放課後等デイサービス)

インターネットが好きすぎる

(小学生@フリースクール)

友達がSNSでトラブルにあっちゃって、結構辛い思いしてる

(中学生@放課後等デイサービス)

(困ったときに相談するのは) オンラインの友達。  
インターネット上の友達

(中学生@フリースクール)





## 東京都の取組

### 思春期の心身の健康づくりを サポートしていきます

- ✓ 思春期の中学生や高校生が、ストレスや困難に対応する力を身に付けられるプログラムを研究機関などと一緒に開発します。
- ✓ 都内の多くの中学生や高校生にプログラムを使ってもらえるよう、みなさんの意見やアイデアを集めて、わかりやすくお知らせします。

### みなさんがネットやスマホを 使うときの トラブルを防ぐために

Check!

- ✓ ネットやスマホを正しく使う方法や、使うときのトラブルを避ける方法を学ぶ講座を開いています。
- ✓ ネットの安全な使い方を学べる体験型イベントを開きます。
- ✓ ホームページを新しく作り、トラブルにあわないための情報をわかりやすくお伝えします。
- ✓ 「こたエール」では、ネットやスマホを使っていて困ったときに相談にのります。また、みなさんが危険な状況に巻き込まれないようにするために、相談の例など役に立つ情報を広く届けています。



ネットタグ  
Tokyo



こたエール



# 1 「学びの環境」についての声

## 将来の夢や仕事につながる体験

もっと図工の時間を  
長くしてほしい。

図工が好き

(小学生@学童クラブ)

大人になってからと子供のうちに  
知るはその後の価値観に  
大きく差が出るとおもうので、  
もっといろんな  
体験をさせてほしい

(小学生@子供食堂)

もう少し中高生が  
楽しめるイベントが  
あったらいい

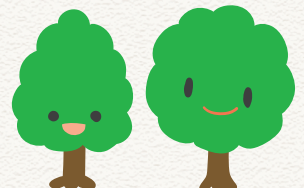
(中学生@児童館)

資格系ちょっと興味ある

(中学生@児童養護施設)

趣味(心理・福祉・医学・  
犯罪学とか…)の  
勉強をしっかりとしたい、  
資格を取りたい(普通救命)

(高校生@児童養護施設)





## 東京都の取組



# 仕事の体験機会や プログラムなどをつくり、 みなさんの将来を応援します

- ✓ 子供の声や意見を取り入れて、  
学校活動以外の体験活動に新しく取り組む  
区市町村をサポートします。
- ✓ 子供が文化に親しみがもてるように、  
ネクスト・クリエイション・プログラムで  
様々な体験を提供します。
- ✓ 未来の東京を支える小学生や中学生に、  
VR映像による職場体験などの機会を  
提供します。
- ✓ 福祉の仕事の大切さや意義を伝え、  
将来この仕事をしたいと思う人を増やしていきます。
- ✓ 福祉の仕事をしている団体などが集まり、  
福祉の仕事の魅力を広げる取組について話し合います。

Check!



ネクスト・  
クリエイション・  
プログラム



ふくしの  
しごとタウン



## 2 「学びの環境」についての声



### テクノロジーの利用やデジタル体験

学校とかの勉強の中にデジタル系を  
もうちょっと増やしてほしい

(小学生@児童館)

AIとか新しいテクノロジーを  
学んでみたい

(小学生@学童クラブ)

タブレット(を使う授業)が好き

(小学生@児童館)

高校ではタブレットとかでやるのと、  
ノートに書いたりするのとでは  
タブレットのほうがやりやすい

(高校生@学習支援拠点)

タブレットでプログラミングの  
勉強をしたい

(小学生@児童館)

### 学びの環境

プログラミングについてすごく  
学べるとか、いわゆる数学、理科、  
社会っていう感じじゃなくて、  
自分の将来の夢のために好きなことに  
特化して学べる学校みたいなのがいい

(中学生@子供食堂)

何段階か習熟度に分けて  
授業をすれば、みんな知識を楽しんで  
定着させられるのかなと思う

(中学生@放課後等デイサービス)

(学校で)コレをやった後に  
コレをやった次はコレ、と決められて  
縛られたりするのが嫌

(中学生@子供食堂)

英語を文法的に学べるのはいいけど、  
もっと実際に使えるような  
英語を学びたい

(高校生@子供食堂)

授業が分かれば分かる程楽しい

(中学生@児童館)

いろんなことを挑戦してみたい

(高校生@日本語教室)





## 東京都の取組



### デジタル化を進めます

- ✓ 便利で安全に使える生成AIをすべての都立学校で使える環境を整えます。

### デジタル創作体験を楽しめるようにします

- ✓ 区市町村と協力して、デジタルを使った創作体験の機会をつくれます。
- ✓ 事前に申し込まなくても、いつでもデジタル創作体験ができる場所「くりらぼベース」(有楽町)を運営します。
- ✓ 東京都と民間企業とが協力して、子供向けのデジタル創作体験をひろめるための「くりらぼネットワーク」で意見交換やワークショップを行います。

Check!



くりらぼ

### 「新たな教育のスタイル」について 考えています

- ✓ 社会の変化に合わせて行動できたり、新しいアイデアや、これまでにない発想で社会をより良くする方法を思いつく人を育てる新しい学校をつくるために、考えていきます。

### 新しい学びに対応できるようにします

- ✓ 学び方が変わってきているので、学校の先生がよりよい授業を行えるようにするための研修を行います。
- ✓ 社会や学びの変化に合わせて、学校の先生がずっと学び続けられる仕組みを整えます。



## 3

## 「学びの環境」についての

## 声

## 言葉や生活・文化の違い

(日本語で)問題を解くのが困難

(小学生@日本語教室)

日本に来て初めて近くの学校に行ったとき、先生やクラスメイトたちがお迎えしてくれた。英語とか色々な言葉を使いながら、私にできるだけ分かり易く日本語教えてくれて、ありがたかった

(小学生@日本語教室)

日本の学校について

全然知らなかったのが困った。たとえば、(私の国の学校では、)中休みがなかったから、友達が遊んでいるのを見て先生に怒られないかと思った

(小学生@日本語教室)

(日本語でのコミュニケーションについて)もう何も分かんなくて。初めのうちは友達と遊ぶ事も出来ない。

気持ちが伝わらない

(高校生@日本語教室)

一番困ってるのが  
言語(日本語)です

(中学生@日本語教室)

日本に来て困ったことは、勉強と人とお話するときと、友達作り

(中学生@日本語教室)

誰かとコミュニケーションを取りたい。  
勉強もしたいし、仲間も欲しい

(中学生@日本語教室)

日本語の学校に行って、字を綺麗に書く練習とかしている。とても助かっている

(高校生@日本語教室)





## 東京都の取組



# 日本語に慣れていない 子供や保護者がチャットで 気軽に相談できるようにします

- ✓ モヤモヤや悩みの相談窓口ギョツとチャットでは、ホームページは3言語(英語、中国語、韓国語)に、チャット相談はGoogle翻訳の対応言語に翻訳できます。
- ✓ 動画やポスター等のコンテンツも多言語化(英語・中国語・韓国語)してわかりやすく伝えていきます。

Check!



ギョツと  
チャット

# 日本語に慣れていない子供や 保護者の居場所等をつくります

- ✓ 「多文化キッズコーディネーター」という相談にのってくれる人がいる区市町村をサポートします。
- ✓ 日本語に慣れていない子供や保護者が、安心してすごせる地域の居場所として、「多文化キッズサロン」をつくる区市町村をサポートします。



# 1

## 「遊び場・居場所」についての



### 居場所

一人になれるような部屋が  
あったらいい

(小学生@児童館)

友達と宿題とか勉強が出来る  
場所がほしい

(中学生@児童館)

一人でずっと静かに落ち着いている  
特別な場所があったらいい

(小学生@子供食堂)

もっとこういう風に(みんなで)  
勉強したいし、こういう場所とかで  
こういう人(教える人)が増えてって  
もらえたらいいな

(中学生@子供食堂)

ホッとできる場所はこと、家。  
なんか自然がたくさんあるから  
(カブトムシや虫がたくさんいる)

(小学生@子供食堂)

居場所や遊び場は学校や  
おうち以外あまり外にない

(高校生@ユースセンター)

居場所が少ない。  
とりあえず場所を増やしてほしい

(中学生@子供食堂)

中学生とかになると  
あんまり公園とかで遊ばない。  
だからこういう(中高生の)居場所が  
あると違う

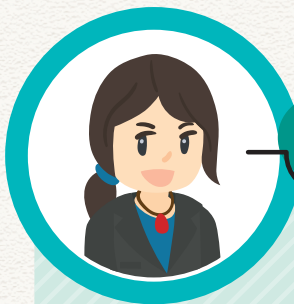
(高校生@児童館)

### 交流する場

障害を持っている子も、もちろん来る。  
こういういろいろな人と交流する場があるということをもっと知ってほしい

(高校生@児童館)





## 東京都の取組



# 中高生が安心して 過ごせる居場所を増やします

～トウキョウ・ユースベース・プロジェクト～

- ✓ 中学生や高校生の意見を取り入れた居場所や、自分たちが運営やプログラム企画に参加できる居場所を増やします。
- ✓ いろいろな人と交流できる機会をつくったり、中学生や高校生の悩みに寄り添ったりするなど、中学生や高校生の様々な期待に応えられる居場所を増やします。

# 子供食堂などの居場所をサポートします

- ✓ 子供食堂で、地域の子供たちの居場所をつくる取組をサポートします。
- ✓ 子供や保護者が気軽に立ち寄れる地域の「居場所」をつくり、子育てや勉強を手伝ったり、様々な体験ができる活動をサポートします。地域全体で子供や家庭をサポートする環境を整えます。

# いろいろな人がお互いを理解し、 安心して暮らせる社会を目指します

- ✓ 身近な場所で子供の頃から手話について知り、理解できるように区市町村の取組をサポートします。



## 2

## 「遊び場・居場所」についての

## 声



## 暑さ対策

公園は暑すぎるし、  
家では迷惑になっちゃう。  
ここは快適だし涼しい

(小学生@子供食堂)

夏は暑くなるから外で遊ばず、  
施設とかに集まる

(中学生@子供食堂)

外は暑すぎて嫌

(小学生@学童クラブ)

熱中症とかも心配されるので外で  
運動する子が減っちゃうと思う。  
室内で遊べる所があればもっとみんな  
健康的に(なると思う)

(中学生@児童館)

外は暑いので、遊びに行こうと思って  
公園に行っても暑くて遊べない

(中学生@子供食堂)

暑い日が多いからここみたいな  
室内の遊べるところを増やしてほしい

(中学生@児童館)

## 環境

自然と触れあえる時間を  
もっと大切にしてほしい

(小学生@児童館)

人が壊しちゃったから、  
生き物が住みやすい場所とか  
作ってほしい。

でもそんな(簡単に)作れるものじゃない

(小学生@放課後等デイサービス)

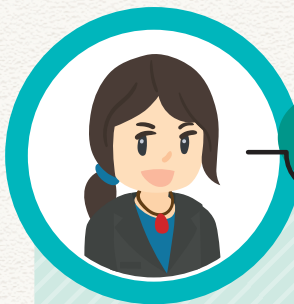
食品ロスを減らしたい

(小学生@児童養護施設)

自然をふやしてほしい

(中学生@放課後等デイサービス)





## 東京都の取組



### 暑い日でも 遊べるようにします

- ✓ プレーパークなどの暑さをやわらげたり、屋内の遊び場をつくるなど、暑い日でも子供が遊ぶことができる場所づくりに取り組む区市町村をサポートします。

### 環境を大切にする 取組を行います

- ✓ 教育機関やNPO法人と協力して、学校で環境についてもっと学べるようにします。
- ✓ 環境を勉強するときに役立つ情報を整理し、見やすくまとめます。
- ✓ 子供が主役となり楽しみながらエネルギーやゴミ、食品などをムダにしない取組を家庭で行えるように進めます。
- ✓ 「Clear Sky」というきれいな空気を目指すプロジェクトとして、みんなが参加できるイベントを行います。
- ✓ SNSなどを使って、空気を守る大切さを広く伝えます。

Check!



わが家の  
環境局長  
事業



# 3

## 「遊び場・居場所」についての



### 子供の遊び場

ボールで遊べる場所を増やしたい

(未就学児童@児童養護施設)

ルールをみんなで考える時間があってもいい

(小学生@フリースクール)

遊ぶスペースっていうか、遊ぶ場所をもっと多くして欲しい。公園とかいけるところを増やして欲しい

(小学生@児童養護施設)

今日も地域の運動会があるんだけど、体操とか走る事が好きだからそういう取組を増やして欲しい

(小学生@児童養護施設)

(プレーパークは) いろんな道具があるから楽しい

(小学生@プレーパーク)

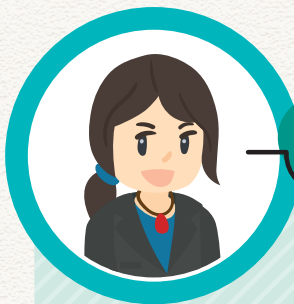
中学生、高校生の子どもたち用の公園が増えてほしい

(中学生@子供食堂)

イベントがもっと増えてほしい

(高校生@ユースセンター)





## 東京都の取組



# 遊び場をつくる 区市町村をサポートします

- ✓ 子供の意見を聴きながら、  
プレーパークづくりに取り組む  
区市町村をサポートします。
- ✓ 地域と関わりながら遊ぶことができる  
きっかけづくりに取り組む区市町村を  
しっかりとサポートします。



# 4

## 「遊び場・居場所」についての



### 安全・安心

最近不審者が出る

(小学生@学童クラブ)

安全運転とかをちゃんと、  
もうちょっと取り締まって欲しい

(小学生@フリースクール)

治安を良くして欲しい

(中学生@放課後等デイサービス)

一人になるところがちょうど  
暗いところなので、怖い

(中学生@子供食堂)

自転車持ってきて、  
みんなで自転車乗りたい。  
リレーしたい

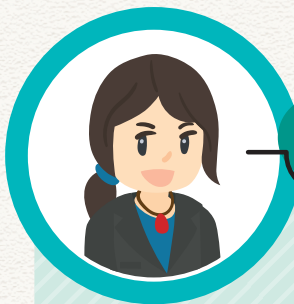
(小学生@学童クラブ)

外の空気にあたりたいし、  
どっかの景色見たいなと思って  
自転車でどっか(遠くまで)  
行ったりとかする



(高校生@ユースセンター)





## 東京都の取組



### 子供の安全を守る 取組をします

- ✓ 親子で行くことの多い商業施設等の人たちと協力して、「TOKYOこども見守りの輪プロジェクト」を行い、子供たちの安全安心を守る取組を広げていきます。

### 防犯ボランティアの 活動をサポートします

- ✓ 地域を見回る会社と協力して、まちを見守る人をふやす「ながら見守り連携事業」という取組を進めます。

Check!



東京都防犯  
ネットワーク

### 自転車を安全に使う 取組を進めます

- ✓ 「TOKYO自転車ルールブック」を配って、自転車の安全な乗り方をみなさんに知ってもらいます。

Check!



TOKYO  
自転車  
ルールブック



# 「意見を言うこと」についての

## 意見を言う機会

私は、みんなで話し合うのが  
楽しかった

(小学生@子供食堂)

ヒアリングの時間が超楽しい

(小学生@放課後等デイサービス)

自分の今まで思っていた事を  
ちゃんと伝える事が出来て  
良かったなと思った

(中学生@子供食堂)

自分の気持ちを  
他の人に話すのは良かった

(中学生@日本語教室)

自分の意見をどこのだれに  
伝えればよいかわからなかった

(中学生@児童館)

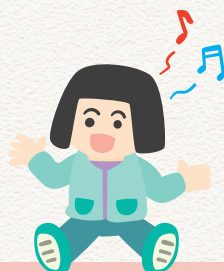
児童館に来てくれたのは  
本当に正解。  
こういう子(意見を言いたい子)が  
いっぱいいるので

(高校生@児童館)

大人って、俺達の意見を聴こうと  
思うよりも俺達に言われたから  
聴こうと思うだけ。

大人が聴きたいって感じじゃない

(高校生@ユースセンター)





## 東京都の取組



# 子供の意見を聴く 区市町村をサポートします

- ✓ 子供の意見を聴いて取り入れたり、意見を言ってくれた子供へ結果を伝えたりする取組をする区市町村をいろいろな方法でサポートします。
- ✓ 区市町村が子供に意見を聴くときに役立つアドバイスやサポートをする相談窓口をつくります。
- ✓ 意見を聴く区市町村の人が、「なぜ子供に意見を聴くことが大切なのか」などを学んだり、意見を聴いたりまとめたりする人(ファシリテーター)に必要な知識ややり方を学んだりする勉強会を開きます。
- ✓ 区市町村が子供に意見を聴く際に必要となるお金もサポートします。



# 施設ごとのみなさんの声



## 子供食堂

- 学校は苦手な子がいるから、仲良しだけど、よく喧嘩するから、どうすればいいか分かんない(小学生)
- ここは楽しい(小学生)
- 友達とこんなことがあって嫌だったっていうと、それはそういうことをしたあなたが悪かったからじゃないのって言われるのが辛い(中学生)
- 言いたいことを言えてスッキリした。できるだけ参考にして反映されるといいと思う(中学生)

## 放課後等デイサービス

- 安心できる場所はここ(小学生)
- 今の事も大事だが、将来を豊かにしたい(中学生)
- やる気の出し方が分からない。ここが学校の先生なら相談しやすい(高校生)

## フリースクール

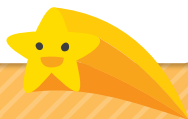
- 公園のゴールが小さくて低かった。本格的なバスケットゴールがあったら嬉しい(小学生)
- (宿題で分からないことがあったら)スタッフに聞いたり、生成AIに聞く(小学生)
- 夜とかめっちゃ考え方変わるから、不安とか出てくる(中学生)
- (ヒアリングを受けて)東京都も面白いことするなと思った(中学生)

## 児童養護施設

- 紙に書いて相談箱にいれられる。何でも書いていい。聞いてくれる人がいる(小学生)
- 一人でいたい時とかある。私は考えたい時に人の声とか聞こえてくると色々ごちゃごちゃになってモヤモヤが溜まっていくから、一人で外を歩きながら考えたい(中学生)
- その人が悪くないって分かっているけどはけ口がないからそばにいる職員に言う(中学生)
- 子供がとおる道で、大人がタバコを吸わないで欲しい(高校生)
- 団体で遊びに行ってる時に門限があるから、一人帰らなければいけないのが一番キツイ(高校生)

## 日本語教室

- 友達と楽しく遊んでるの幸せ(小学生)
- (自分の国だと)国語、算数をメインにしているが日本は水泳や家庭科があるので面白い(小学生)
- この教室にお友達がいるので、(ここは)安心できる場所、リラックスできる場所(中学生)
- 将来的には、観光業にちょっと興味がある(高校生)
- 私は今のところはですね。進路が一番話したい(高校生)



## 児童館

- もっと学童に音楽室とかそういうのがもうちょっといっぱい欲しい(小学生)
- 今学校に行くのが嫌であまり行けてないけど、勉強するのは好きだから、学校が苦手な子でも勉強できる環境が欲しい(中学生)
- 目の前で泣いたら心配されちゃうし、仲が悪くなっちゃうかな、って思っちゃうから人の前で泣くとかじゃなくて、一人で泣く(中学生)
- 届きづらい子供の声がより多くの大人の人に伝わると、生きやすくなる人も増えるのではないかなと思う(高校生)

## 学童クラブ

- 最初に距離を縮めてくれる人だと話しやすい(小学生)
- いじめてる人がいたら、まず注意してあげたい。でも、自分で言えないときは大人がちゃんと注意してほしい(小学生)
- 友達と遊んだりする時が楽しい(小学生)
- ここはホッとする場所というか、遊ぶ場所(小学生)
- 僕も足が速くなったらいいなって思ってる(小学生)
- 「生活」の時の観察日記を朝顔だけではなく、もうちょっといろんなお花を知りたいから、何か観察できたらなって思う(小学生)



## ユースセンター

- 俺は、自分で悩んで解決策を見つける(中学生)
- 将来はまだ迷ってるけど、歴史家にもなりたい(中学生)
- 一人でやる事の方が多くいけど、分からない事あればここで聞くようにしてる。ここには色んな立場の人がいるから、進路で悩んだ時とかも相談乗って貰えていいなって思ってる(高校生)
- ユースみたいに何か教えてくれる人がいるのは嬉しい(高校生)

## プレーパーク

- (プレーパークは)なんでもできるから楽しい(小学生)
- (学習について)仕切られてるといっつか、決まってることをやるから、縛られてる感がある(小学生)
- 先生たちがなんで勝手に色んなことを決めるんだろう(小学生)
- 土が掘れるから楽しい(小学生)

## 学習支援拠点

- 何事やるにしても、やっぱり、モチベって大事じゃない?(中学生)
- ノートの方が書いた事って覚えられるんで。タブレットだと、なんかシックリこない(中学生)
- 友達と集まって一緒に、ゲームできたり運動できたりする場所がもっと欲しいなって思ってます(高校生)



# ヒアリング受け入れ施設の声

## 子供食堂

- ヒアリング後、高校生から「他の発言者に対して自分の意見を言いたかった」という声を聞きました。「自分たちの問題」を「マジに」話し合う機会を持ちにくい子供達です。参加者同士の意見交換も取り入れてもよいかもしれません。今の子達に経験させたい大切な事だと思います。



## プレーパーク

- 子供たちも、自分達の居場所や、権利を考える良いきっかけになったと思います。

## 学童クラブ

- ヒアリングが終わった後、「子供の居場所で聴いた声」の冊子を学校の先生にも読んで欲しいという声がありました。子供たちは関心を持って参加していたようです。
- ヒアリングに参加した子供たちはとても楽しそうにイキイキと自分の意見を伝える様子が印象的でした。機会をいただきありがとうございました。

## 日本語教室

- 来日してまだ日が浅い子供も多く、普段は言葉数が少ないが、ヒアリング中に楽しそうに話している姿が窓越しに見えて嬉しかった。機会があれば、また話を聞きに来てやって欲しいです。

## 放課後等デイサービス

- 普段の教室では外部の人たちと関わりを持つことが少ないため、子供たちにとっては貴重な体験ができたと思います。

## 学習支援拠点

- グループで話すことで他の子供が思っていることを聞いて良かったという声がありました。子供たちにも周りの大人(施設の職員や社内のアルバイトやボランティアスタッフ)にも子供の声が政策に反映されることを知ってもらえる良い機会でした。





# みなさんの声を受けて

今回のヒアリングでは、学校や友達のこと、いつも過ごしている遊び場や居場所のこと、将来やりたいことや経験してみたいこと等、みなさんからたくさんの声や意見がありました。この冊子の中で紹介しきれなかった声や意見も含めて大切に受け止め、子供のための政策を考え、東京をもっとよくしていくために役立てています。また、東京都だけではむずかしいこともあるので、区市町村とも協力しながら取り組んでいきます。

今後も、いろいろな方法でみなさんの声を聴いて、しっかり取り入れていきたいと考えています。これからも、みなさんの意見を聴かせてください。

次のページでは、これまでに寄せられた声をもとに、東京都がどんな取組をしてきたのかを一部紹介しています。

## こども未来アクション2026



子供の声を反映した東京都の取組についてくわしくまとめています。

Check!





# 東京都のこれまでの取組



東京都が実施した子供のための取組の一部を紹介します。

## 事例 01

### みなさんの将来を 応援する職業体験サイト

#### みなさんの声

- 何をしたいのが見つからない(2023年)
- 子供に機会を提供してほしい。自分の興味のある分野とつなげてくれる役割を東京都に望んでいる(2023年)
- ここ(学習支援拠点)に職業インタビュー制度や職場体験もあるのがとてもよい(2024年)

#### 取組

2025年7月に、職業体験を希望する中高生と企業・団体をマッチングする「TOKYO 中高生職業体験サイト Job EX(ジョブイーエックス)」を開設しました。

このサイトで、幅広い業種の企業・団体の職業体験プログラムを掲載し、参加する中高生を募集するほか、職業体験の様子を紹介していきます。



Check!



## 事例 02

### Tokyo中高生 Webサイト公開

#### みなさんの声

- 学校で習う文法も大事だが、伝わる英語が使える方がいい(2023年)
- せっかくの高校生なのだから、興味をもてる時間があれば、勉強ばかりではなく、みんなもいろいろなところに行けるのではないかと(2024年)

#### 取組

子供たちが、東京に魅力を感じ、都政に興味・関心を持つことができる情報プラットフォームとして、2022年4月から「東京都こどもホームページ」を公開しており、2025年12月に「こどもホームページ」の中高生版となる「Tokyo 中高生Webサイト」を新たに公開しました。英会話コンテンツや悩み相談のコンテンツ、都の関連施設への中高生インタビュー、中高生向けイベント情報等が掲載されています。



Check!





### 事例 03

## 子供の意見を取り入れた 遊び場づくり

### みなさんの声

- ボール遊び禁止の公園でなくても、うるさいと怒られる(2023年)
- どうせ「ダメ」って言われるから、スタッフに言ったことはない(2023年)
- もうちょっと遊べるところが増えるといい(2024年)
- 遊ぶ場所はあるが、満足のいくような遊びができるところがない(2024年)



### 取組

子供の『やりたい!』と思うことをかなえるプレーパークの開催や子供の遊びを手伝う人を育てる活動に取り組む区市町村を支援しました。

#### 様々な交流や体験ができるプレーパーク



(中野区) えごたの森  
プレーパーク

Check!



#### 子供がチャレンジできるプレーパーク

(多摩市) 遊びの森  
プレーパーク

Check!



## みなさんに意見を聴く 様々な取組

様々な手法で聴いたみなさんの意見や結果が掲載されています。また、参加方法についても掲載されていますので、ご覧ください。

### こども都庁モニター

1,200人のモニターに都の政策についてWebアンケートで意見を聴きます。



Check!



### SNSアンケート

SNSを使って中高生が日頃の生活で感じていることや思っていることを聴きます。



Check!



### 中高生 政策決定参画プロジェクト

子供政策について、当事者である中高生自ら議論し、知事に提案します。

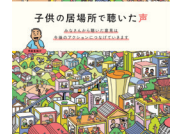


Check!



### 子供の居場所で聴いた声 (2024年度作成)

Check!





### 子ども未来 アクション2026

東京都の取組を  
ここにまとめています。



Check!

### 相談チャット “ギュッとチャット”

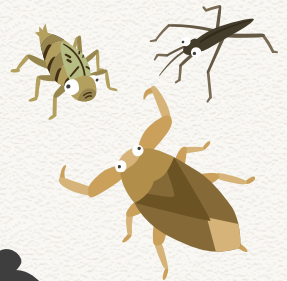
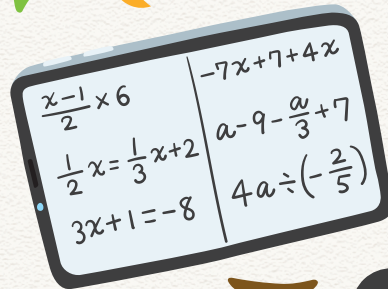
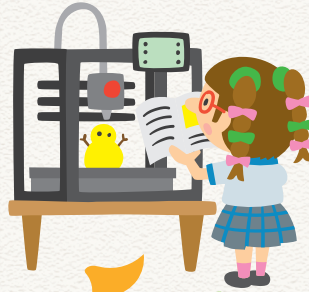
悩みや不安があったら  
ここに相談してください。



ギュっぴい



Check!



## 東京都

### 子供の居場所で聴いた声

令和8（2026）年3月発行 登録番号（6）36

〔編集・発行〕

東京都子供政策連携室 企画調整部 企画調整課  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番地1号

電話：03(5388)3812

E-mail：S1110301@section.metro.tokyo.jp

