

こども未来 アクション

2026

ポケットブック



一人ひとりと生きるまち。

 東京都

令和8(2026)年1月

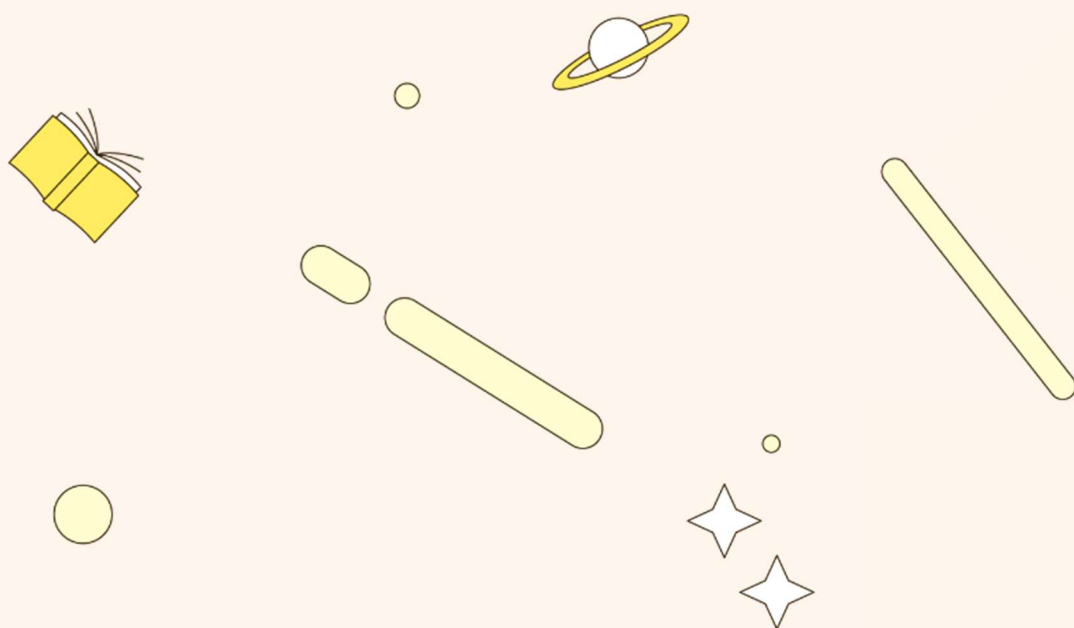
チルドレンファーストの 東京の実現に向けて 具体的なアクションを実践します

子供の声や思いに真摯に耳を傾け
「子供の最善の利益」という観点から
子供政策をバージョンアップ
していくことが重要です

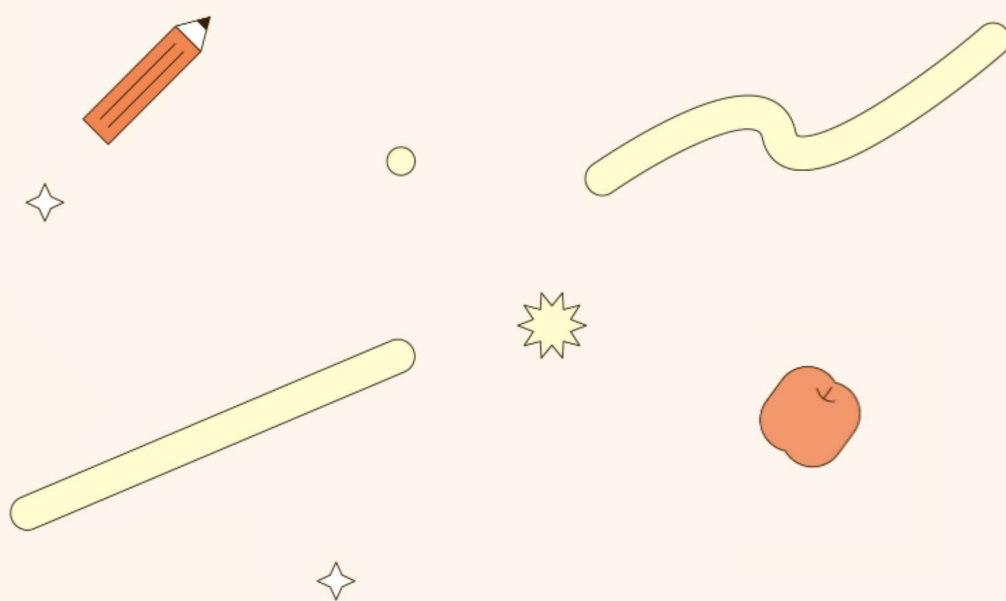
「こども未来アクション」を基軸として
子供との対話を実践し
「いま」と「みらい」を
子供と一緒につくっていきます！

目 次

子供の実態、声や思いを反映した子供政策	3
子供とつながる情報プラットフォーム	7
東京都こども基本条例	9
乳幼児期の子育ち	11
学齢期の子育ち	13
学校の居心地向上	15
育ちを支える「つながり」の創出	17



子供の未来を育む「体験活動・遊び」の推進	21
子供を事故から守る環境づくり	23
思春期の「メンタルヘルス」増進	25
多様な「子供の居場所」創出	27
グローバルな感覚を育む機会の創出	29
子供政策強化に向けた重点アクション	31



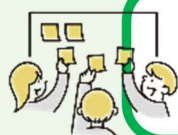
子供の実態、 声や思いを反映した子供政策

18,000人の子供の意見



子供の居場所
におけるヒアリング

出前授業



こども
ワークショップ

SNSを活用した
アンケート



こども都庁モニター

中高生 政策決定
参画プロジェクト



子供の声やニーズを的確に把握し、政策に反映
子供政策を不断にバージョンアップ

子供に関するエビデンス(実態や意識)

調査対象 **10,500世帯**



詳しくはこちら

子供に関する定点調査
「とうきょう こども アンケート」



「子供の声を政策に反映」 を都全域に定着

都が蓄積してきた事例やノウハウを活用し、
区市町村における意見聴取の取組を支援

01



相談窓口の設置

意見聴取の各段階に応じた
技術的なアドバイスやサポートを実施

02



子供の意見聴取 入門講座

子供の意見聴取の意義や
重要性の理解促進

03



ファシリテーター 育成研修

ファシリテーターとしての必要な知識や
スキルを実践的に学ぶ研修を実施

04



意見聴取の取組に要する 経費を支援

「子供の居場所」での意見聴取や
「子供の参画」の取組を後押し

中高生 政策決定参画プロジェクト



詳しくはこちら

中高生自らが議論し、知事に子供政策を提案 提案内容は都の予算案に反映

STEP 01 » オリエンテーション

- ✓ 「中高生にビジネスや起業に親しみをもってもらおう」をテーマに、約4か月にわたり議論



STEP 02 » グループワーク、フィールドワーク

- ✓ 都のスタートアップ支援拠点TIB (Tokyo Innovation Base) を訪問し、起業プログラムを体験
- ✓ ITAMAEメンバーへのインタビューを実施



STEP 03 » 中間報告会、グループワーク

- ✓ 東京都の幹部職員へ、検討中の提案を発表し、政策提案に向け、ブラッシュアップ



STEP 04 » 知事への政策提案

【政策提案】

中高生が主体となって運営する
「アントレプレナーシップ育成計画」



子供に関する定点調査

「とうきょう こども アンケート」



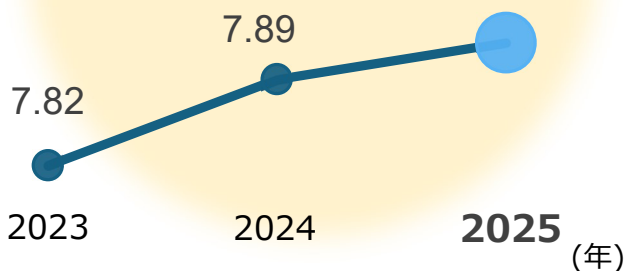
調査結果全体

子供の实態や意識の変化を継続的に把握

アンケート対象は、
毎年 1万世帯以上

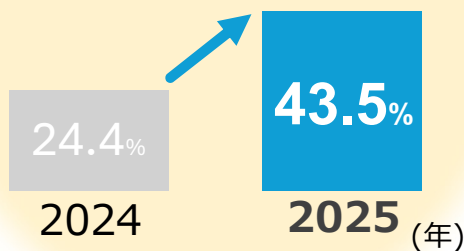
今の自分は幸せだ
7.92

(0-10の11段階の平均値)



生成AIを使用している

19.1pt 増



中2

子供に結果をフィードバック

子供の成長にあわせて、
3種類の子供向け報告を作成



子供の声にこたえ、マンガ形式を採用



子供とつながる情報プラットフォーム

子供たちの声を基に継続的にアップデート
東京都こどもホームページ



HPはこちら

一人1台端末と接続！

小学生にとっての「都政への玄関口」

2025

累計年間2億PV超^{見込み}
1日最大9万人訪問！



大ヒット！『東京子どもタイピングレース』

全ての子供の「もっと知りたい」をサポート

“東京を楽しく学ぶ” AI日本語入門

✓ 日常生活で生かせる会話練習



自由研究AI相談

✓ 子供たちの自由研究の題材探しをサポート

2026年3月本格稼働予定

Tokyo中高生Webサイト



HPはこちら

東京都こどもホームページの中高生版を構築
中高生にとっての「都政への玄関口」

2025年12月ベータ版



AIを相手に英会話学習



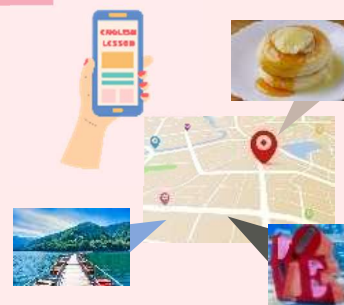
中高生による取材記事



悩みや不安の相談サービス

「東京の魅力」を学べる・楽しめる

- “Tokyo”をお題に、AIで英語学習
- 東京魅力マップを作成し
“みんな”で“Cool-Tokyo” (仮) を発信



東京都こども基本条例

子供政策の基本的な視点を一元的に規定



詳しくはこちら

子供をはじめ、全ての都民に
条例の基本理念を普及啓発

子供への普及啓発

- 子供が楽しく学べる機会や主体的に参画する機会を創出し、条例理解を促進

✓ 小中学校等への出張型条例ワークショップ等



大人への普及啓発

- 東京都こども基本条例ハンドブックや解説動画を活用し、広報や研修等を展開

✓ 地域自治会等が参加する会議での普及啓発等



都市間のネットワークを 生かした普及啓発

- 国内外の多様な主体との連携を通じ、条例理念の発信や意見交換等を行う場を創出

✓ 東京こども政策国際会議等



乳幼児期の子育ち

乳幼児期は、「非認知能力」を培う大切な時期

自己に関わる心のカ

- ・自己肯定感
- ・意欲 ・粘り強さ

社会性に関わる心のカ

- ・心の理解能力
- ・思いやり ・協同性



都独自

幼稚園や保育所などで、乳幼児の
伸びる・育つ（すくすく）× 好奇心・探究心（わくわく）
を応援する幼保共通のプログラム

<プログラム例>



こどもの「すくすく×わくわく」をおうえん

「色」の探究



色水を混ぜ合わせ、
思い思いの色を作る

「自然」の探究



葉っぱを観察し、
友達と一緒に触ってみる

乳幼児の心の育ちをサポート

◆ 園の特色を生かした取組が拡大



プログラムの実践により子供の変化を感じたか？

好奇心・探究心が高まった

73%

意欲が向上した

63%

2024年度実施園の先生へのアンケートから一部抜粋

実施園の先生の声

「探究心が強くなり、やってみたいと目を輝かせることが多くなった」

保護者の声

「色々な物事に興味を持つようになった」

「自分から進んで挑戦するようになった」

「自分の考えや思うことを周りに伝えるようになった」

◆ プログラムの質を、さらに向上

園同士のネットワークを創出

➤ ナビゲーター園制度

園同士の学び合い

区市町村連携

レベルアップ

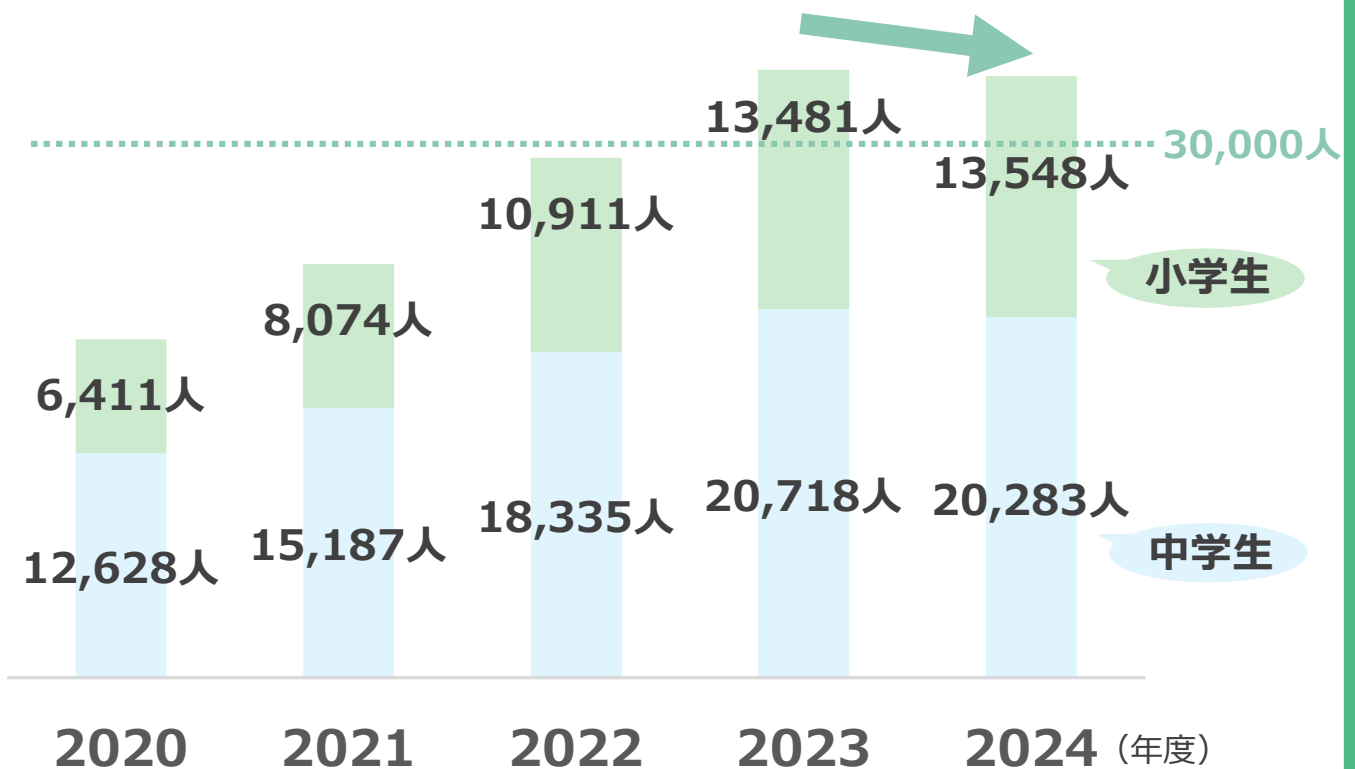
区市町村との連携体制の構築により
実施園の取組を支える環境整備

実践的な研修会や
体験型ワークショップによりサポート

学齡期の子育ち

**都内の小中学校児童生徒の不登校者数は
12年ぶりに減少したものの、3万人を超える**

小中学生の不登校児童・生徒数の推移（都）



（資料）文部科学省「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」を基に作成

子供の学び・居場所を多様化

◆ 学校等での様々な不登校対策を 多面的に展開

チャレンジクラス
一人ひとりに応じた
柔軟な学びを実現



**校内教育支援
センター支援員**

きめ細かな
登校支援

**不登校対応
巡回教員**
未然防止・早期支援・
長期化に対応



◆ 多様な学びの場支援



不登校に関する情報を
ポータルサイトで一元的に発信



保護者が不安や悩みを
情報交換できる交流会の開催

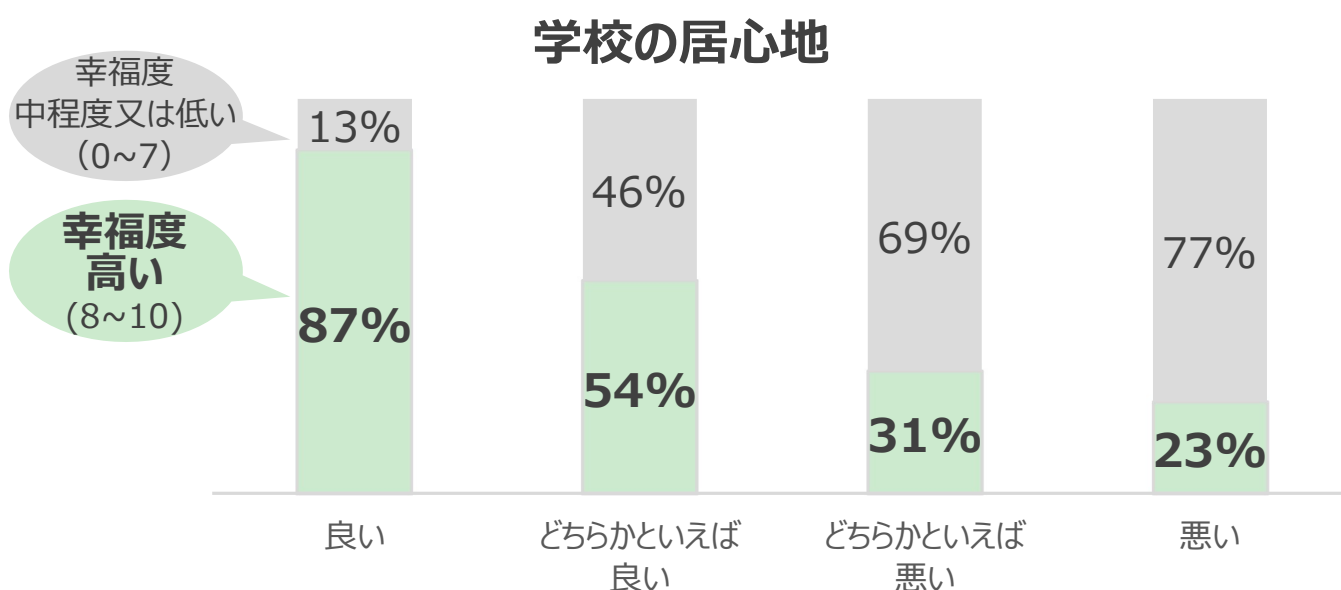


多様な学びの場（フリースクール等）の利用者への助成
子供目線に立った取組を行う多様な学びの場
（フリースクール等）への支援 など

学校の居心地向上

「学校は自分にとって居心地が良い」と感じている

児童・生徒は幸福度が高い傾向



(資料) 東京都子供政策連携室「とうきょう こども アンケート」2025年調査を基に作成

学校風土（上流）での

予防的な対応が、
問題の発生抑制に寄与

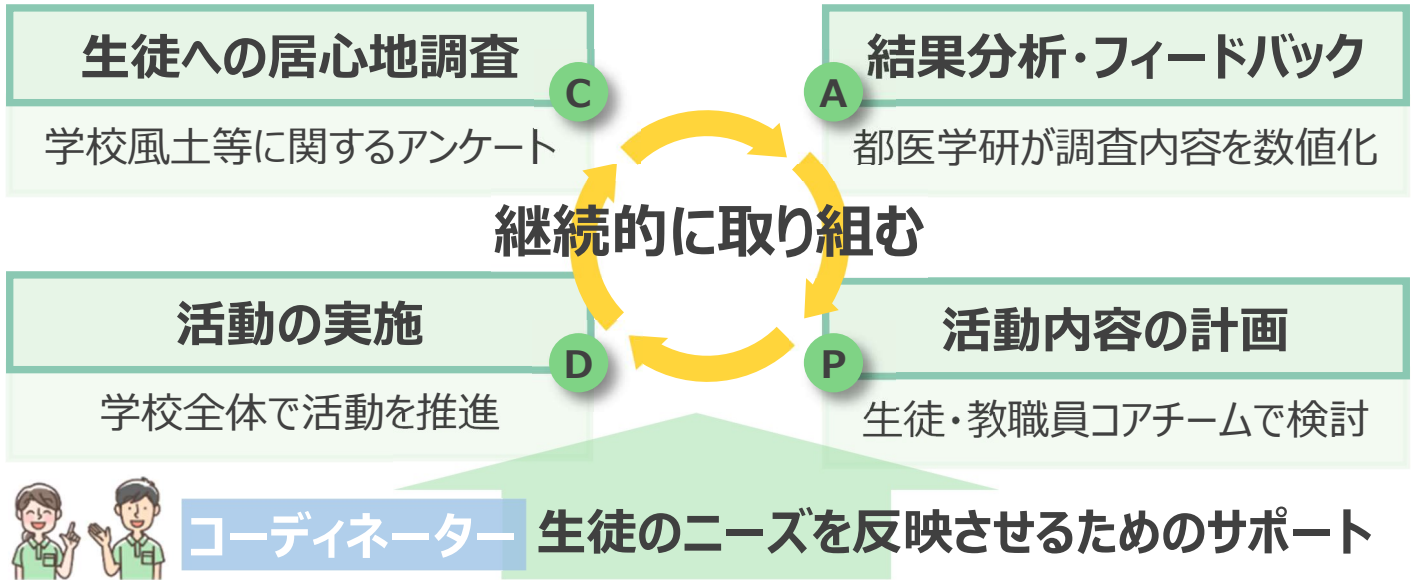
する可能性



学校風土を改善し、子供が直面する様々な問題の発生を未然に防ぐ仕組みを構築

◆ 研究機関と連携、取組を拡大

高等学校・中学校において取組を推進



小学校の取組を新たに展開

今後、小学校での実践を通じて、取組のスキームを構築

生徒の意見を基にした 様々な活動が進行中

✓ キッチンカーの誘致



✓ 階段アートによる校内案内

居心地の推移 (モデル校)



育ちを支える「つながり」の創出

子供や子育て家庭が抱える不安や悩み、

困難は多岐にわたり、その要因も複雑化・複合化



ギョツとチャット

相談無料!

～匿名で気軽にチャット相談～

子供や子育て家庭の不安や悩みを受け止めます

“ギョツとチャット”の  **Point!**

- ✓ さまざまな相談相手に相談できる
- ✓ 匿名で相談できる
- ✓ 相談したい日時を予約できる

Instagramでは
ギョツぴいが、地域の
情報を発信中だぎゅ



相談はこちら Instagram



ギョツぴい

モヤモヤ どくめい を匿名で あかろ そうだん 気軽に相談してみませんか 

こども こども ・子育て家庭の相談チャット かてい そうだん
相談時間：15時から22時まで(土日祝日も同じ)

 **いますぐ相談する**
受付時間 15:00~21:30
※会員登録なしで利用できます

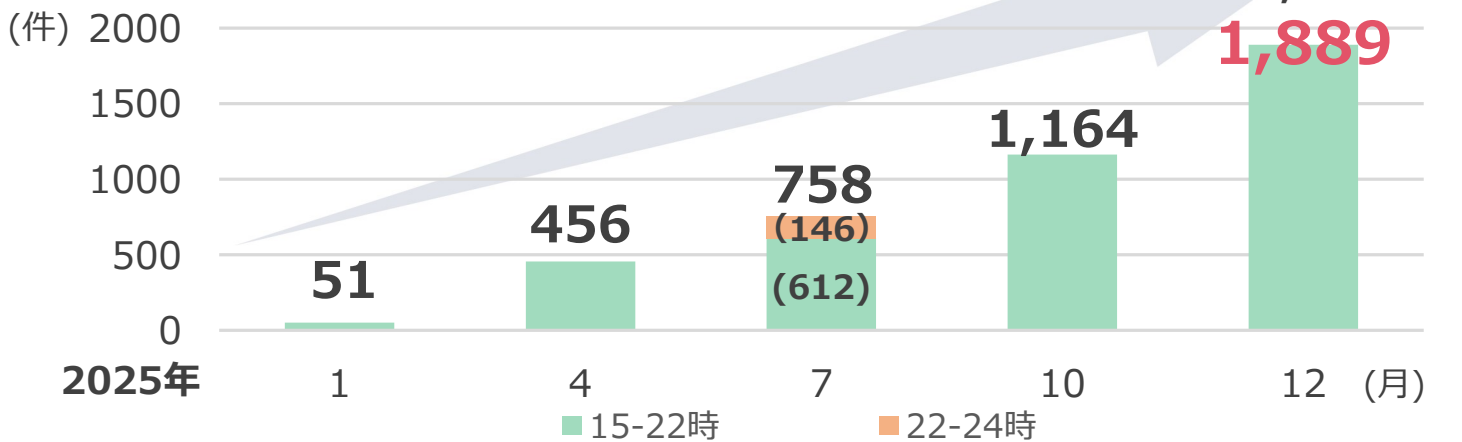
 **予約して相談する**
予約は24時間できます
※予約するためには会員登録が必要です

 **AIチャットで相談する**

相談・支援に関する取組を総合的に推進

◆ ギュッとチャットの利用実績

相談件数の推移



年代ごと最も多い相談項目（1月～12月累計）

小学生年代	中学生年代	高校生年代	保護者
学校生活	心身の健康	心身の健康や 勉強・進学	子育て

◆ ギュッとチャットを「相談」の ファーストチョイスに

相談体制強化

- 相談回線を倍増
- 相談時間を延長

認知度向上

- 中高生・子育て世帯への広報を強化

アクセス経路拡充

- Tokyo中高生Webサイトとの連携

動画やマンガで“ギュッとチャット”を紹介



詳細は
こちら



詳細は
こちら

◆ ヤングケアラーを支える

ウェブサイトで様々なコンテンツを発信



アニメーション動画



理解を深めるコンテンツを掲載・充実

座談会



当事者のリアルな声を発信

◆ 日本語を母語としない子供を支援

困りごとを抱える子供・保護者に寄り添い、
課題に取り組む体制を整備

学習



地域の居場所
多文化キッズサロン

交流



相談



つなぐ取組事例集



区市町村間で共有
ウェブサイトで公開

◆ ユースヘルスケア

思春期に知っておきたい健康情報をユース目線で発信

**TOKYO
YOUTH
HEALTHCARE**

— 10代からの健康・医療サイト —

2023年7月のウェブサイト公開以降、
約150万PV（2025年12月末時点）



✓ SNSや検索サイト等、ユースがよく利用する媒体を活用した広報の実施

◆ 子育て家庭をアウトリーチ型で支援

ファミリー・アテンダント（区市町村の子育て支援を後押し）

2025年
9自治体

見守り訪問

赤ちゃんがいるご家庭などを訪問
不安や悩みを傾聴



▲江戸川区
「子育ておむつ定期便」

子育て
家庭



▲大田区
「ホームスタート おおた」

伴走支援

保護者の不安や悩みを傾聴
育児、お出かけ等を“一緒に”行う 等

自治体
の声

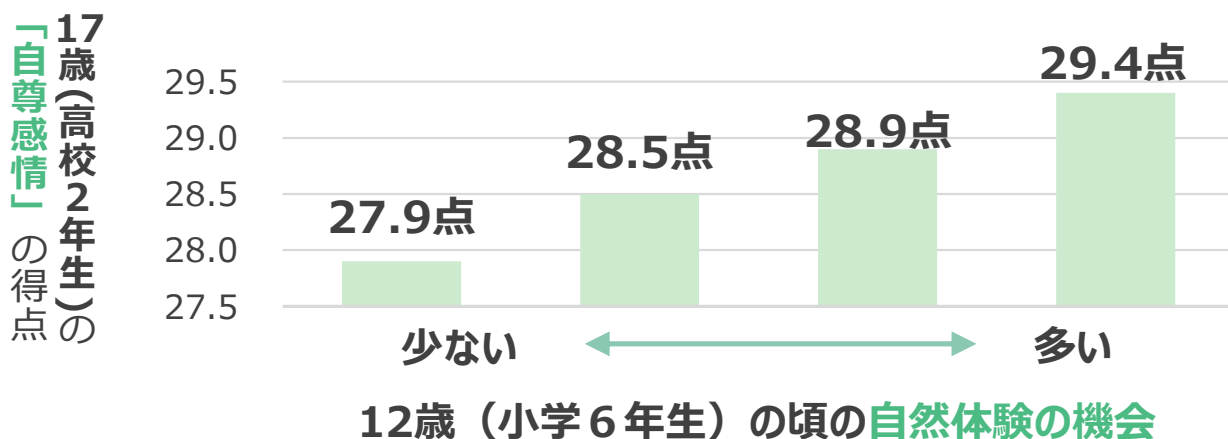
「利用者の変化を早期に発見し、支援につなげることができた。」

子育て家庭
の声

「話せる場があると安心する。」「気持ちが軽くなりました。」

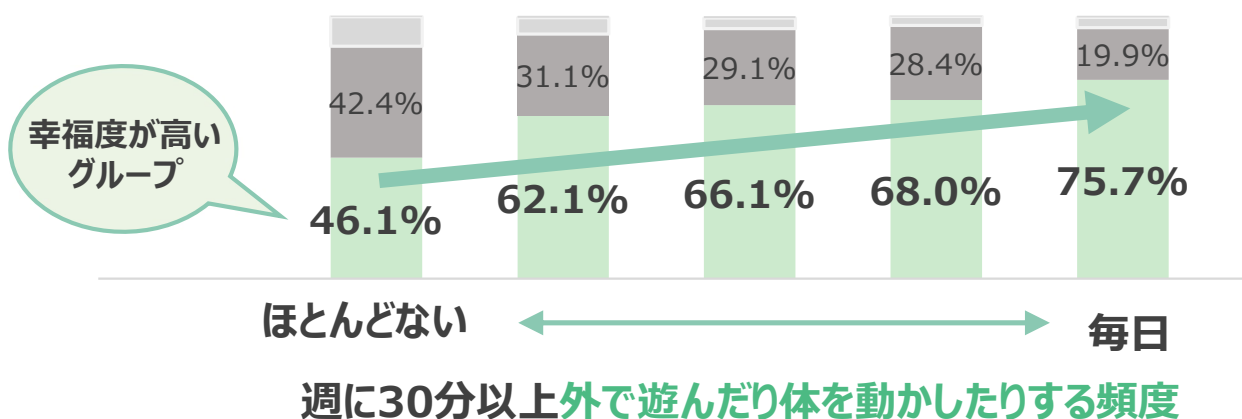
子供の未来を育む 「体験活動・遊び」の推進

体験活動は、子供の成長に良い影響を及ぼす



（資料）株式会社浜銀総合研究所（文部科学省委託調査）
「令和2年度『体験活動等を通じた青少年自立支援プロジェクト』」報告書を基に作成

外で遊んだり体を動かしたりすることが 多い子供は、幸福度が高くなる傾向



（資料）東京都子供政策連携室「とうきょう こども アンケート」2025年調査を基に作成

様々な体験・経験の機会を創出し、
子供の豊かな育ちを社会全体でサポート

◆ 学校内外で様々な 体験・遊びの機会を創出

生活・文化体験



区市町村等と連携した
デジタル体験機会

第一線で活躍する
プロから指導を受ける
芸術文化体験

自然体験

ボランティアと連携した
生き物調査活動

社会体験

地域における
多様な体験活動



<2025年度例:子供の起業体験>

遊び

子供の声を踏まえた
プレーパークの整備



暑さ対策

◆ 暑い時期でも 体験活動・遊びができる環境を整備

ハードの取組

- ✓ プレーパーク等の暑さ対策設備
設置や屋内遊び場整備を支援



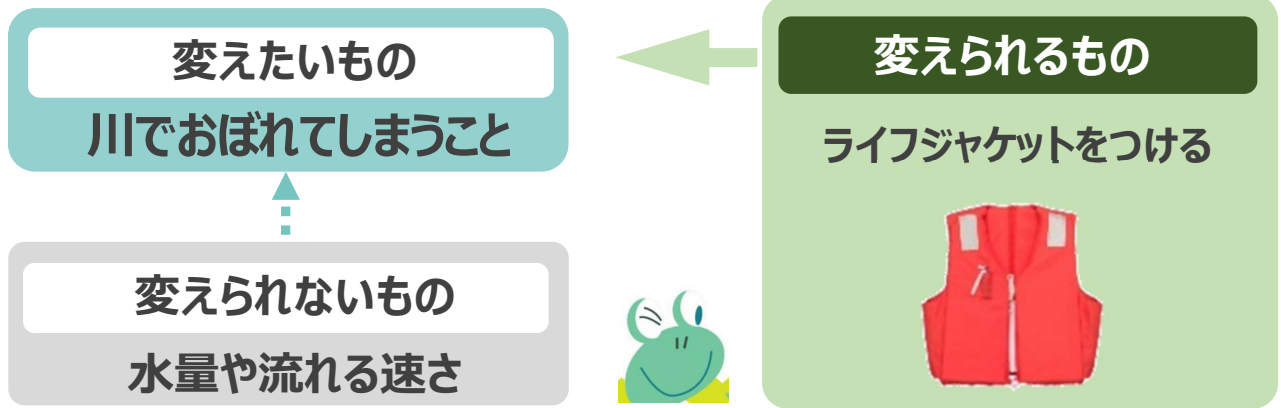
ソフトの取組

- ✓ 暑さ対策備品の購入を支援
- ✓ 暑くても、体験活動や遊びを
楽しむコツ・対策を発信



子供を事故から守る環境づくり

例えば… 川で遊ぶときの安全対策



事故予防のサイクル

「変えられるもの」
を「変える」
の視点で、
事故予防のサイクル
を回していく



子供が安心してチャレンジできる社会を実現

◆ 子供の事故情報データベースの 利活用を促進

- ✓ 子供の事故情報を一元的に蓄積
- ✓ AIの活用等により、利便性を向上 (2025年度内公開予定)



詳しくはこちら



データベースを活用した
産学連携による安全な製品づくりや
調査・研究を支援

「防げる事故」を確実に防ぐ！

◆ エビデンス・ベースの予防策を発信



詳しくはこちら

- ✓ ウェブサイトやSNS等により、タイムリーかつ重層的に広報



思春期の「メンタルヘルス」増進

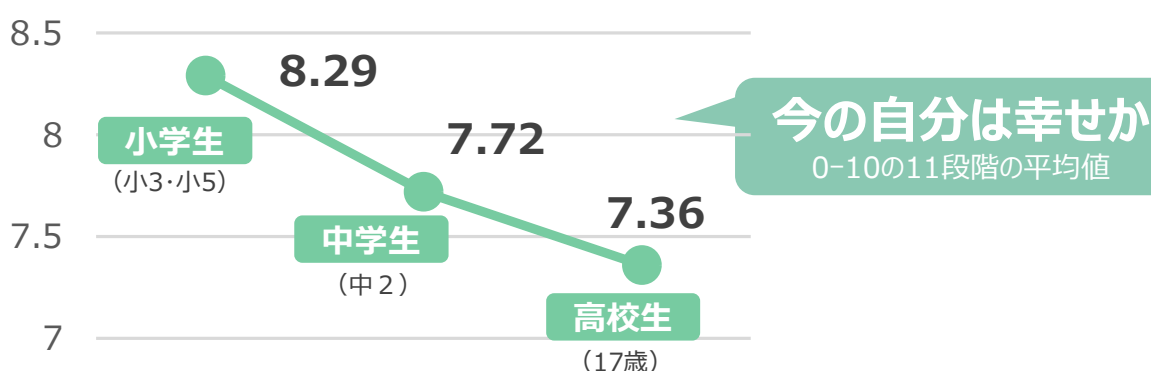
思春期のメンタルヘルスは世界的に深刻な課題
都内の子供の幸福度は学年が上がるにつれて減少傾向

世界の状況

- ✓ 世界的には10代の7人に1人が精神障害を経験
(疾病原因の15%を占める)
- ✓ 15歳～29歳の死因の第3位が自殺
- ✓ 思春期に対処しないと、その影響は成人期まで及び、
身体的・精神的健康を損なう

(資料) 2025年9月WHO掲載記事を基に作成

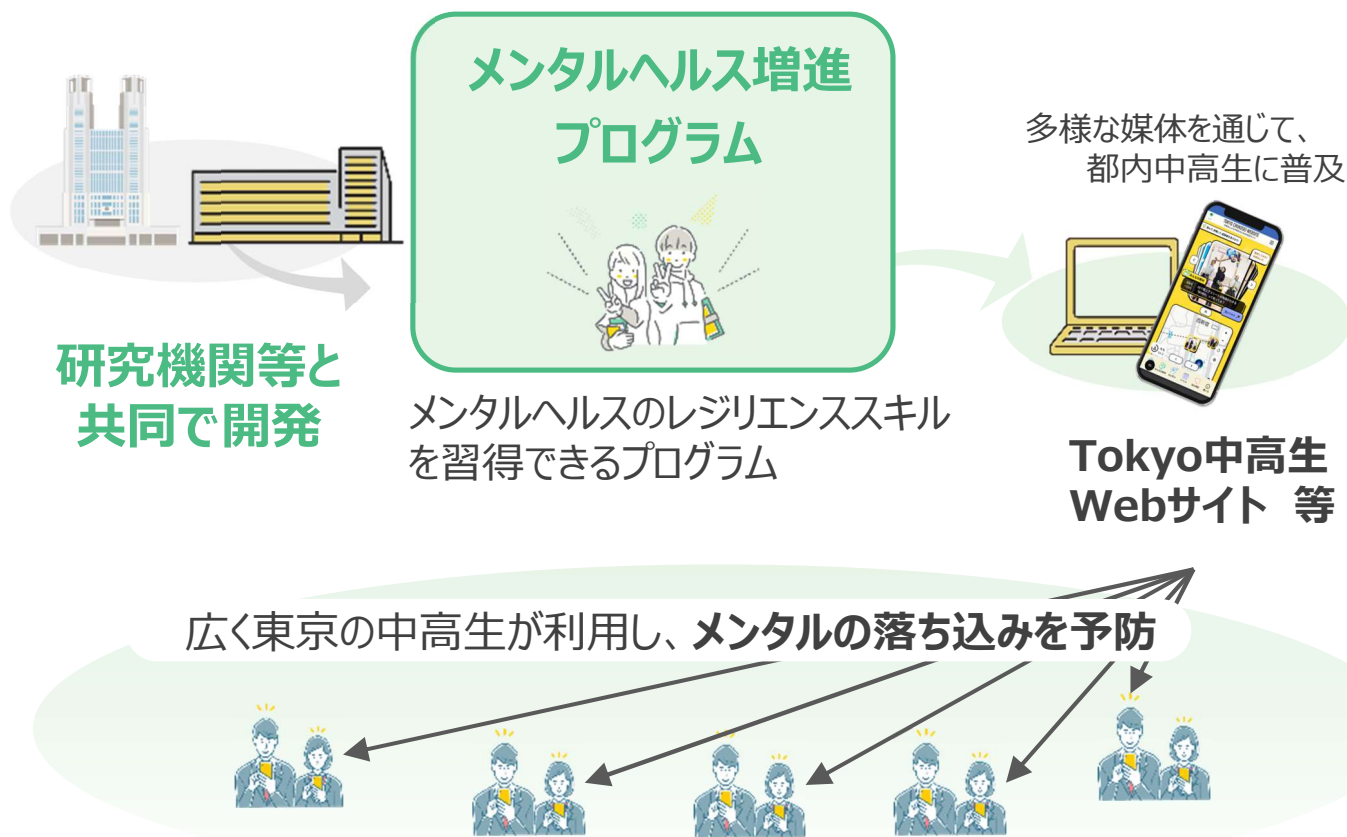
東京の子供の幸福度



(資料) 東京都子供政策連携室「とうきょう こども アンケート」2025年調査を基に作成

子供たちの誰もが将来に希望を抱くことができるよう、
メンタルヘルス対策を強化

◆ 思春期における心身の健康づくりを推進



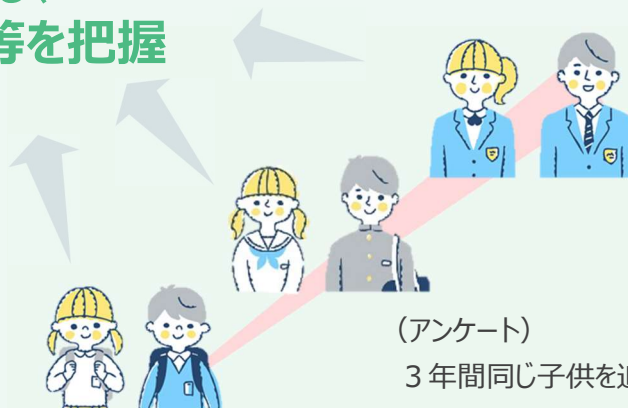
◆ 子供の日常の過ごし方等を把握し、 思春期のメンタルヘルスへの影響等を分析

アンケートやヒアリングを実施し、
メンタルヘルスに与える事象等を把握



(調査項目)

心の健康度、受験や進路選択、
インターネットやSNSの利用 など



多様な「子供の居場所」創出

自宅以外の居場所がある子供は、

幸福度や自己肯定感などが高い傾向

自宅以外の居場所の有無

	ある	ない
幸福度	8.06	7.13
生活満足度	7.86	6.93
自己肯定感	7.16	6.49
自己有用感	7.04	6.33

(調査対象：小学3年生、小学5年生、
中学2年生、17歳)

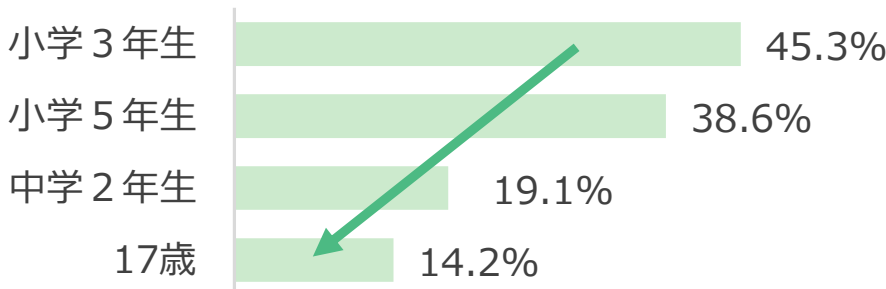
(資料) 東京都子供政策連携室「とうきょう こども アンケート」2024年調査を基に作成

中高生にとっては、地域の居場所が課題

あなたにとっての居場所(※)はどれですか

※ 「ほっとできる場所」「安心できる場所」

地域(図書館、公民館、児童館、公園など)



(資料) 東京都子供政策連携室「とうきょう こども アンケート」2025年調査を基に作成

一人ひとりの置かれている環境に寄り添い、
子供の居場所を創出

◆ 中高生と“一緒に”つくる 地域の居場所創出を後押し

中高生自身が運営等に参加する居場所づくりなど
に取り組む区市町村を支援

中高生の幅広いニーズに対応

<居場所のイメージ>



音楽スタジオ



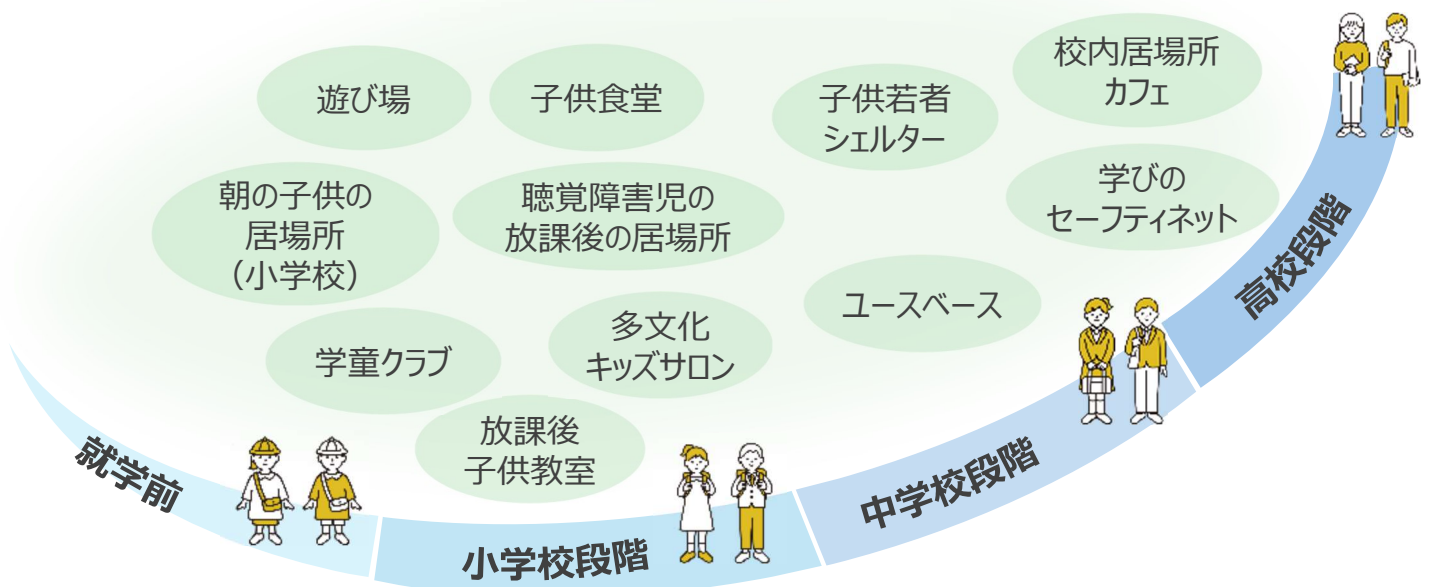
バスケットコート



自由に過ごせるロビー

◆ 学齢期をはじめとした子供の 多様なニーズを踏まえた居場所を創出

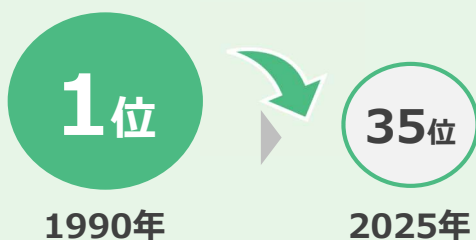
多様な「子供の居場所」



グローバルな感覚を 育む機会の創出

日本の国際競争力・人材競争力が低下

世界競争力



(資料) IMD「World Competitiveness Yearbook」を基に作成

世界人材力

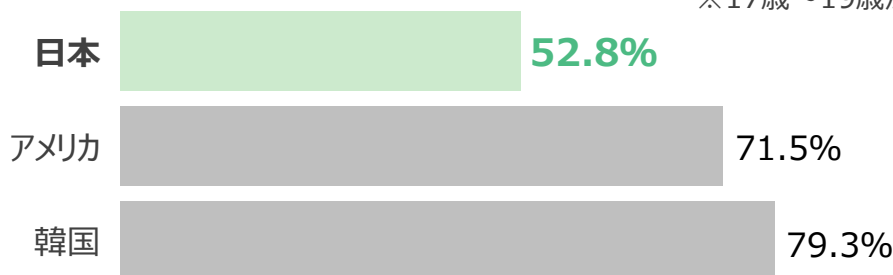


(資料) IMD「World Talent Ranking」を基に作成

日本の若者の海外志向は他国より低い

機会があれば留学や他国で就労をしてみたい

※17歳～19歳が回答



(資料) 日本財団「18歳意識調査 (2024年)」を基に作成

子供たちが将来、世界で活躍する未来を描けるよう、
豊かな国際感覚を育む機会を創出

日本と世界を知り、グローバルな素養を磨く



◆ グローバルな感覚を育む機会の創出に向けた アドバイザリーボード（仮称）

- ✓ 幼児期や学齢期の今後の取組の方向性等の検討に向け、**有識者の意見を参考とするため、専門家会議を設置**

◆ 幼児期における国際感覚を育む機会の創出 に向けた取組を推進

- ✓ アドバイザリーボードの意見を参考に、幼稚園や保育所等での
実地調査を踏まえ、**取組の方向性等**を検討



◆ 学齢期における英語・国際体験を推進

- ✓ 都内の小・中学生を対象に、世界の多様な文化・社会等の
体験が可能なプログラムを提供

ネイティブ人材との
英語を使った交流

子供政策強化に向けた重点アクション

政策の柱 1

誰一人取り残さない視点から、
子供へのサポートを強化

いじめ対策

いじめ総合対策【第3次】（2025年6月策定）に基づき、
いじめ防止等の取組を一層推進

✓ 子供の発達の段階に応じたデジタルブックを作成



小学1～3年生向け



小学4～6年生向け



中高生向け

児童虐待防止対策

区市町村との**連携を強化し、**
児童相談体制の充実・切れ目ない支援を実施

児童虐待が発生する背景等、
児童虐待に関する**効果的な普及啓発を展開**

子供の性被害防止

性加害を
させない

被害者への支援と性被害の未然防止

✓ 特定性犯罪歴確認、相談や研修等の体制整備など
学校等において「こども性暴力防止法」への対応を実施

性被害を
知る

成長、発達段階に応じた

正しい知識の理解促進

すぐに
頼れる

子供や保護者が相談しやすい体制の充実

貧困対策

全ての子供が健やかに成長できる社会の実現に向け、
対策を総合的に推進

教育支援

生活支援

保護者への
就労支援

経済的支援

薬物乱用の防止・医薬品の過剰摂取（OD）対策

薬物乱用防止教室、ポスター、
Web広報等を通じて**普及啓発**

都内薬局等と連携した
オーバードーズ防止啓発



政策の柱 2

子育て家庭に寄り添い、 子供の育ちを支える環境を充実

ライフステージを通じた切れ目ない支援の充実

経済的支援と伴走型相談支援を 一体的に実施

- ✓ 出産後の応援ギフトを拡充



物価高騰の影響を受ける 子育て世帯を支援

- ✓ 0歳から14歳までの都民に
一人当たり11,000円を支給

※ 15歳以上の都民は、東京アプリ生活応援事業
で11,000東京ポイントを付与



高校等の授業料実質無償化

- ✓ 所得制限なし

給食費の負担軽減

- ✓ 私立小中学校の給食費相当額
の補助を開始

子育て世帯等が安心して住むことができる アフォーダブル住宅の供給を促進

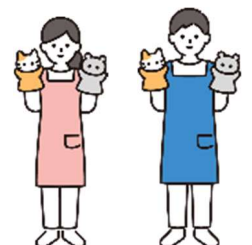
- ✓ 民間活力や既存ストックを活用

更なる保育の質の向上と全ての子供の育ちの支援

■ 病児保育の充実に向けた取組を推進

- ✓ 病児保育施設の予約・空き状況を包括的に
確認できるシステムを構築・運用する区市町村を支援

■ 各保育所におけるアレルギー児対応を強化



学童クラブ等の整備・サービスの質の向上

2027年度末までに学童保育の待機児童を解消

「質の向上」に向けた取組

子供や保護者のニーズを捉えたサービス向上



「量の拡充」に向けた支援

学年ごとのニーズを踏まえた居場所づくり



暑さ対策

「暑さ」対策をハード・ソフト両面から強化し、
猛暑から子供の命を守る取組を推進

ハード対策

■ 安全・快適な遊び場の整備

- ✓ 都立公園にクーラーテントを導入
- ✓ 暑さ対策に資する屋内遊び場の整備を支援



■ 保育所等への支援

- ✓ 日除けやミストシャワー等の導入を支援

ソフト対策

■ 情報発信・普及啓発

- ✓ 熱中症に関する情報を発信



■ 熱中症対策用品の支援

- ✓ 学校でのウェアラブルデバイスの配布

政策の柱 3

「東京型教育モデル」により、教育の質を向上

都立高校の変革「新たな教育のスタイル」の展開

一人ひとりの興味・関心に応じた教育への変革を推進し、
新たな価値や解決策を創造する人材を輩出

DX

教員・組織

制度

三つの改革で東京における学びの基盤を構築するため、
「次世代の学びの基盤プロジェクト」を都立高校から展開



- ✓ 「次世代の学びの基盤プロジェクト」を推進する教員研修・研究の検討
- ✓ 「新たな教育のスタイル」の実施校（仮称）の開設準備

学校現場でのデジタル教育の推進

■ DX時代を生き抜く人材の育成

生成AI等を活用した学びの支援

- ✓ 生成AIリテラシーの育成や、AIを活用した英語力向上

先端技術の実務経験者等による
最新のデジタル教育の展開



■ DX時代を生き抜く人材の育成

Neo工科高校改革プロジェクト

- ✓ 技術人材を継続的に育成・輩出する上で重要な
工科高校関連の取組を再構築

生徒の
スキル習得

進学・就職に役立つ
資格・スキル



高度デジタルスキル等

企業等
連携

先端技術の研究・体験



企業連携

魅力的な
学習環境
整備

最新の設備を備えた
学習環境



工科高校の魅力発信



特別な支援を必要とする児童・生徒に対する教育の充実

インクルーシブな教育の推進

- ✓ 公立小中学校における都立特別支援学校分教室設置に向けた
仕組みづくりの実施

インクルーシブ教育推進拠点校を設置し、
都立高校に在籍する障害のある生徒を支援



政策の柱 4

多様な主体と連携し、
子供の笑顔を育むアクションを展開

こどもスマイルムーブメント

子供の社会参画の機会を創出



「TOKYO中高生職業体験サイト Job EX」により、
リアルな職業体験の機会を創出

Job EX



詳しくはこちら

中高生
プログラムを検索・
個人で応募

マッチング

企業・団体
体験プログラムの
提供



～ 2025年度参加中高生のアンケート結果 ～

参加プログラム
満足度

95%

業務内容への
理解度

97%

体験した仕事への
関心度

92%

中高生
の声

「自分らしさについてより深く知ることができた。」
「企画を考えるのが楽しいと思えた。」

企業の声

「中高生が非常に意欲的な態度で好感を持った。」

「社会全体で子供を大切にす ムーブメントの理念を発信、気運を醸成

- ✓ 幅広い主体への情報発信
- ✓ 各界の第一線の著名人による子供への特別授業

育業の推進

育児は「休み」ではなく、「未来を育む大切なしごと」
「育休」ではなく「育業」



詳しくはこちら



育児休業の愛称

育業を更に推進

育業を支える同僚等
へのアプローチ

男性育業
の促進

次世代
へのアプローチ

多様な働き方
の推進

職場の
環境整備

