



令和7年度 第3回

中高生版

SNSを活用した アンケート結果

東京都子供政策連携室
令和7(2025)年11月

「SNSを活用したアンケート」について

- 東京都では、中高生の皆さんの様々な意見を広く収集するため、日常的に使用しているSNSを活用したアンケートを実施しています。
- 中高生の皆さんが「日ごろの暮らしの中で感じていること」や「東京都の事業について思っていること」等を知り、様々な政策や取組につなげていきます。

【概要】

都内在住又は在学の13歳から18歳のSNSユーザーに対して匿名型アンケートを実施

実施時期	回答者数	テーマ
令和7(2025)年 6月17日～7月3日	5,000人	<ul style="list-style-type: none">● 中学生・高校生の チャレンジ精神等● もっと学びたくなる、 新しい高校のアイデア● 思春期特有の悩み (からだやこころ、性などの悩み) の相談

※「高校生」には、高校生相当年齢(15～18歳)の子供を含みます。

※n(number of cases)は、100%が何人の回答者に相当するかを示しています。

※小数点第2位以下は表示していないため、合計が100%にならない場合があります。

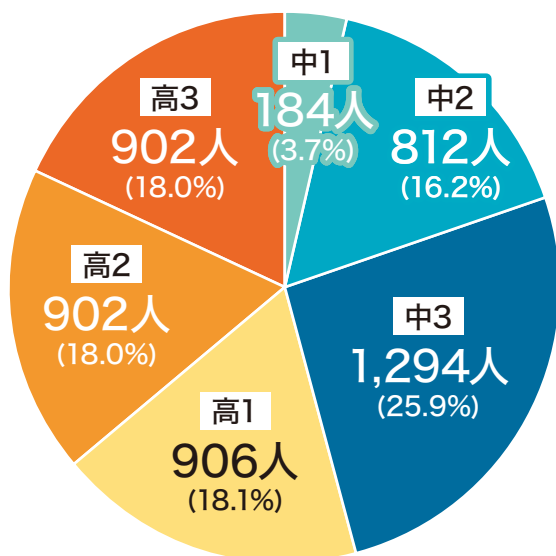
目次

1.回答者属性	2ページ
2.「中学生・高校生の チャレンジ精神等」について	3～8ページ
3.「もっと学びたくなる、 新しい高校のアイデア」について	9～15ページ
4.「思春期特有の悩み(からだやこころ、 性などの悩み)の相談」について	16～20ページ
東京都の取組紹介	21ページ

1.回答者属性

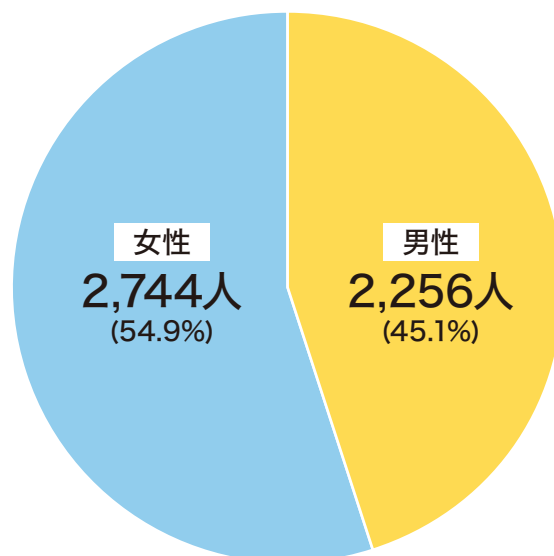
中高生等の割合

n=5,000



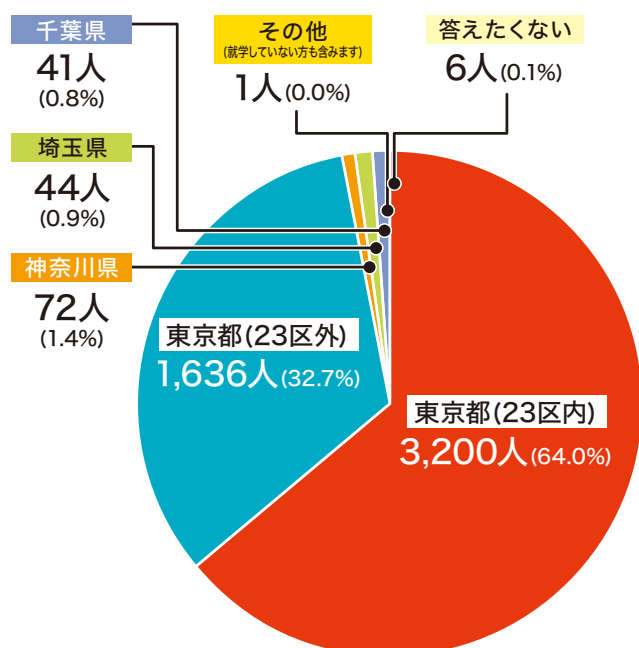
性別

n=5,000



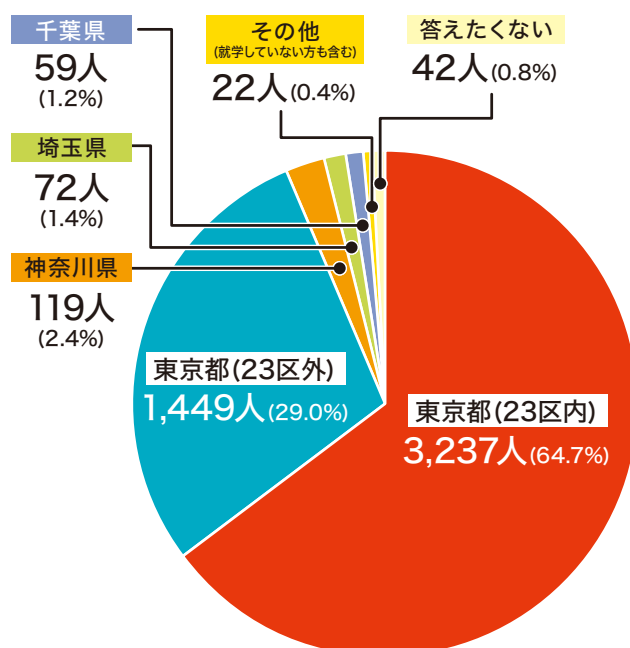
住んでいる都道府県

n=5,000



通っている学校の所在地

n=5,000



2. 「中学生・高校生のチャレンジ精神等」について

Q.1

あなたがこれまでに取り組んだ中で、一番チャレンジしたことは何ですか。保護者に言われたこと以外で、自分の意思で取り組んだことを具体的にご記入ください。(自由記述)

※特にない場合は「特にない」とご記入ください。

	全体	中学生	高校生
1. テスト勉強や受験勉強を頑張った	697件	310件	387件
2. 部活動・クラブ活動で目標に向けて努力した	634件	239件	395件
3. 学校の代表やリーダーとしての役割に挑戦した	273件	118件	155件
4. 海外留学した、外国語検定（英検など）などを取得した	255件	94件	161件
5. 委員会活動や学校祭など、学校での活動を頑張った	240件	124件	116件
6. 難関資格や検定（IT・簿記・漢検など）を取得した	80件	28件	52件
7. 社会課題を解決する活動をした	51件	10件	41件
8. その他	1,193件	535件	658件
9. なし、覚えていない	1,577件	832件	745件

1. テスト勉強や受験勉強を頑張った

全体 697件 中学生 310件 高校生 387件

- ▶ 定期テストを何時間も勉強したこと 男性 中学2年生
- ▶ 中学受験を自ら受けようと思った 女性 中学3年生
- ▶ 一番と言われると難しいけど、勉強をめっちゃやった。高校で学年1位になって奨学金を貰うために受験に向けて必死に勉強した。その結果今回の定期テストで学年1位を取れた 女性 高校1年生
- ▶ 自分のレベルより高い高校を受けたこと 男性 高校2年生

2. 部活動・クラブ活動で目標に向けて努力した

全体 634件 中学生 239件 高校生 395件

- ▶ 部活で今まで苦手だったサッカー一部に入ったこと 男性 中学1年生
- ▶ 水泳部でタイムをきるのに頑張った 男性 中学3年生
- ▶ きつそうだけど水球部に入ってみた 意外と楽しくやっていける 男性 高校2年生
- ▶ 演劇部で主役に立候補したこと 女性 高校2年生

2. 「中学生・高校生のチャレンジ精神等」について

3. 学校の代表やリーダーとしての役割に挑戦した

全体 273件 中学生 118件 高校生 155件

- ▶ 図書委員会を小学校5年から中学校3年まで続け通して中学3年生のときに委員長になって(現在)利用者増加のためのキャンペーンを実施していること 男性 中学3年生
- ▶ 学校で生徒会長に立候補して、校則を変えたこと 女性 高校1年生
- ▶ 内向的な性格にも関わらず委員長になったこと 女性 高校2年生
- ▶ 部活の部長として部を牽引し、大会優勝を目指した 女性 高校3年生

4. 海外留学した、 外国語検定(英検など)を取得した

全体 255件 中学生 94件 高校生 161件

- ▶ 区の取り組みで、姉妹都市との交流のために
区の小中学生を海外に派遣する募集に応募したこと 女性 中学2年生
- ▶ 英検2級取得 男性 高校1年生
- ▶ 短期留学でニュージーランドに一ヶ月間語学研修に行き、
ホームステイと現地校交流をしたこと 男性 高校1年生
- ▶ 中学校のときの、全校生徒の前でやった英語のスピーチ 女性 高校2年生
- ▶ 海外で開催される学会に参加した 女性 高校2年生

5. 委員会活動や学校祭など、 学校での活動を頑張った

全体 240件 中学生 124件 高校生 116件

- ▶ 合唱コンクールのピアノの伴奏者にチャレンジした 男性 中学2年生
- ▶ 高校生になって、なにかを成し遂げたいと思い体育祭の実行委員を始めた
発言などをあまりする方ではないけれど、
委員会に入ってから発言したりアイデアを出すようにしている 女性 高校1年生
- ▶ 文化祭の看板作り 女性 高校2年生
- ▶ 卒業式の歌を歌う時指揮者になるために一生懸命練習したこと 女性 高校2年生

2. 「中学生・高校生のチャレンジ精神等」について

6. 難関資格や検定（IT・簿記・漢検など）を取得した

全体 80件 中学生 28件 高校生 52件

- ▶ もともと漢字を覚えるのが苦手で、それを克服するために小学4年生の頃から自主的に漢検にチャレンジし、今は準1級を持っている 男性 中学2年生
- ▶ 防災士の資格を取ろうと、自主的に講座を受けに行ったこと 女性 高校1年生
- ▶ 日商簿記検定の3級を勉強してCBTの試験を実際に受けた 男性 高校2年生
- ▶ ITパスポートの資格試験に挑戦しました 男性 高校2年生

7. 社会課題を解決する活動をした

全体 51件 中学生 10件 高校生 41件

- ▶ ボランティア活動(有志)で、地域の清掃・保育園のお手伝いをしました 女性 中学2年生
- ▶ 積極的に校外でのボランティア活動や地域活動をしたこと 男性 中学3年生
- ▶ フェアトレードについてのプロジェクトに参加したこと 女性 中学3年生
- ▶ ボランティアで能登半島地震の復興に携わった 男性 高校2年生
- ▶ 盲ろう者と触れ合うボランティア 女性 高校3年生

8. その他

全体 1,193件 中学生 535件 高校生 658件

- ▶ ロボットプロジェクトのイベント運営 男性 中学3年生
- ▶ 信頼できる友達に同性の子を好きになったと告白したこと 女性 中学3年生
- ▶ 小学1年の頃から高校1年の現在まで、10年間読書を続けている 男性 高校1年生
- ▶ スタートアップJrアワードに出場したり、スタートアッププログラムに参加した 女性 高校1年生

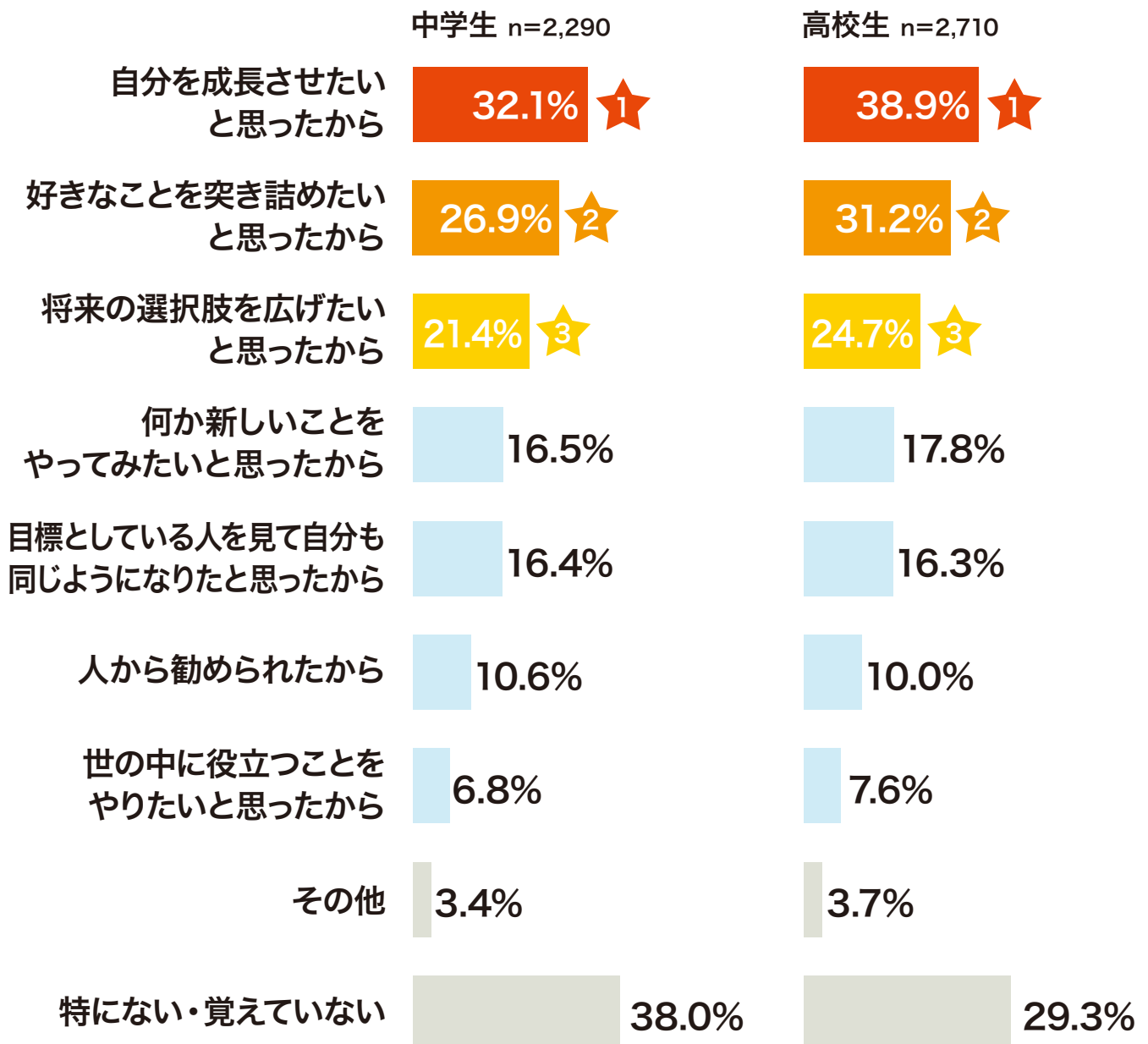
2. 「中学生・高校生のチャレンジ精神等」について

Q.2

前問でお答えになった、そのチャレンジをしようと思った
きっかけ・理由は何ですか。(いくつでも)

※前問Q1で「特にない」と回答された方は、「特にない・覚えていない」をお選びください。

- 中学生・高校生ともに、「自分を成長させたいと思ったから」が最も高く、続いて「好きなことを突き詰めたいと思ったから」、「将来の選択肢を広げたいと思ったから」となっています。
(「特にない・覚えていない」を除く)



※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え（「その他」「特にない・覚えていない」を除く）

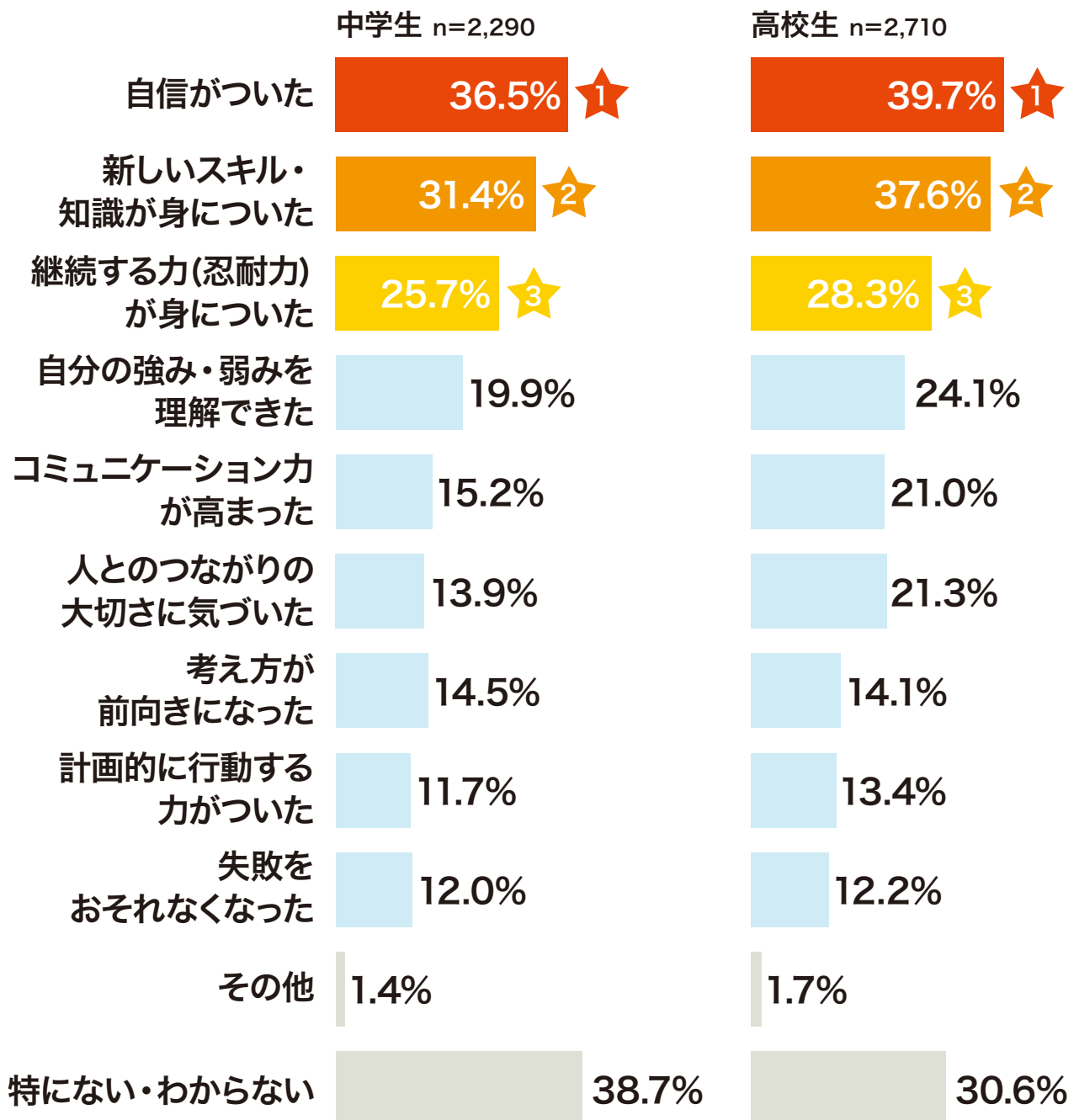
2. 「中学生・高校生のチャレンジ精神等」について

Q.3

そのチャレンジを通じて、
自分が成長したと思うことは何ですか。(いくつでも)

※Q1で「特にない」と回答された方は、「特にない・わからない」をお選びください。

- 中学生・高校生ともに、「自信がついた」が最も高く、続いて「新しいスキル・知識が身についた」、「継続する力(忍耐力)が身についた」となっています。(「特にない・わからない」を除く)



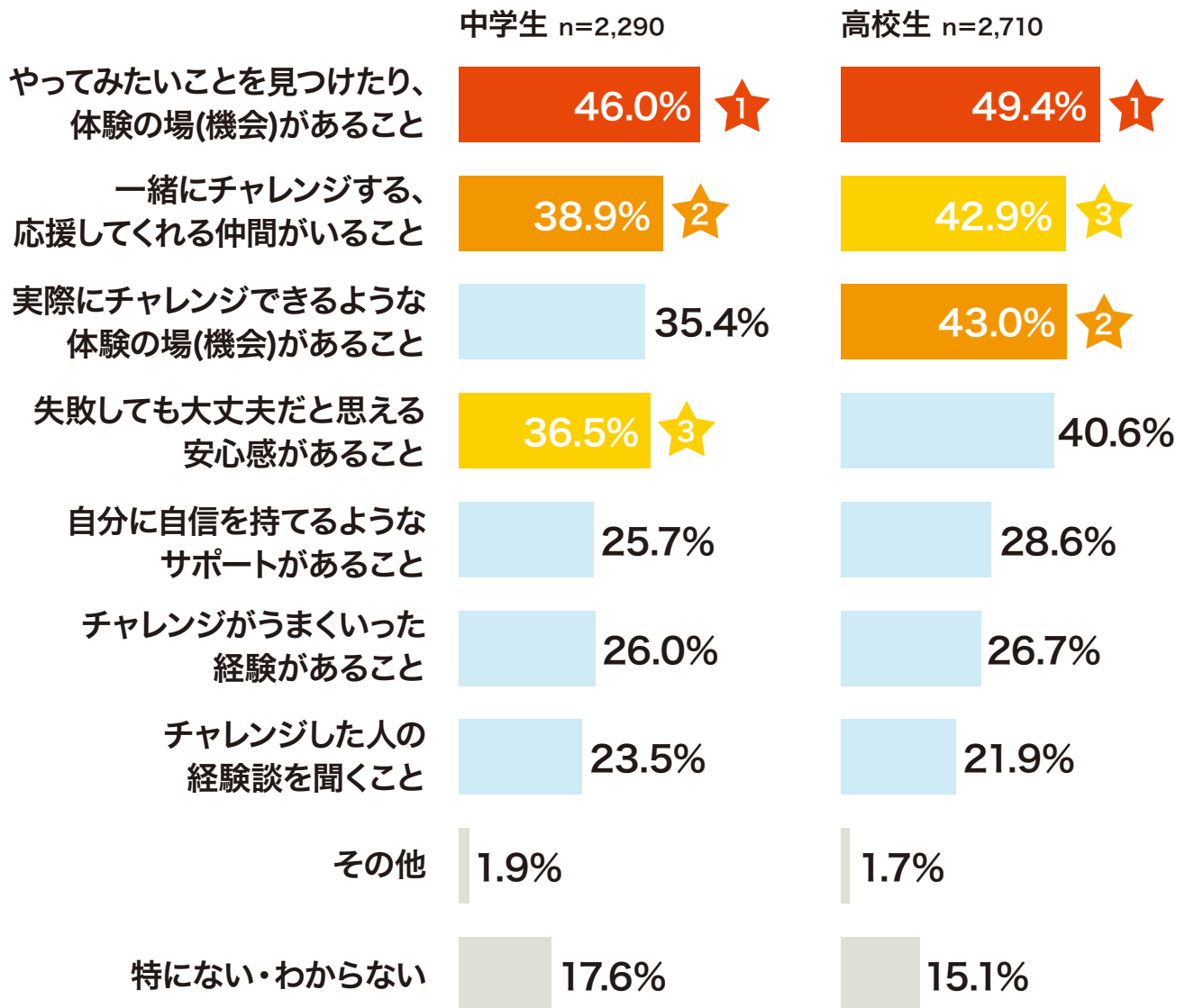
※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え(「その他」「特にない・わからない」を除く)

2. 「中学生・高校生のチャレンジ精神等」について

Q.4

新しいことにチャレンジしようとするためには、どのようなことが必要だと思いますか。(いくつでも)

- 中学生・高校生ともに、「やってみたいことを見つけたり、体験の場(機会)があること」が最も高くなっています。
- 次に高いのは、中学生では「一緒にチャレンジする、応援してくれる仲間がいること」、高校生では「実際にチャレンジできるような体験の場(機会)があること」となっています。



※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え(「その他」「特にない・わからない」を除く)

東京都から
中高生の皆さんへ
メッセージ

新しいことにチャレンジしようとするためには、やってみたいことを見つけたり、体験したりする機会が必要だと感じる人が多いことがわかりました。

新しいことにチャレンジしようとする中高生の皆さんをサポートするために、東京都は取組を進めていきます。

3.「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

Q.5

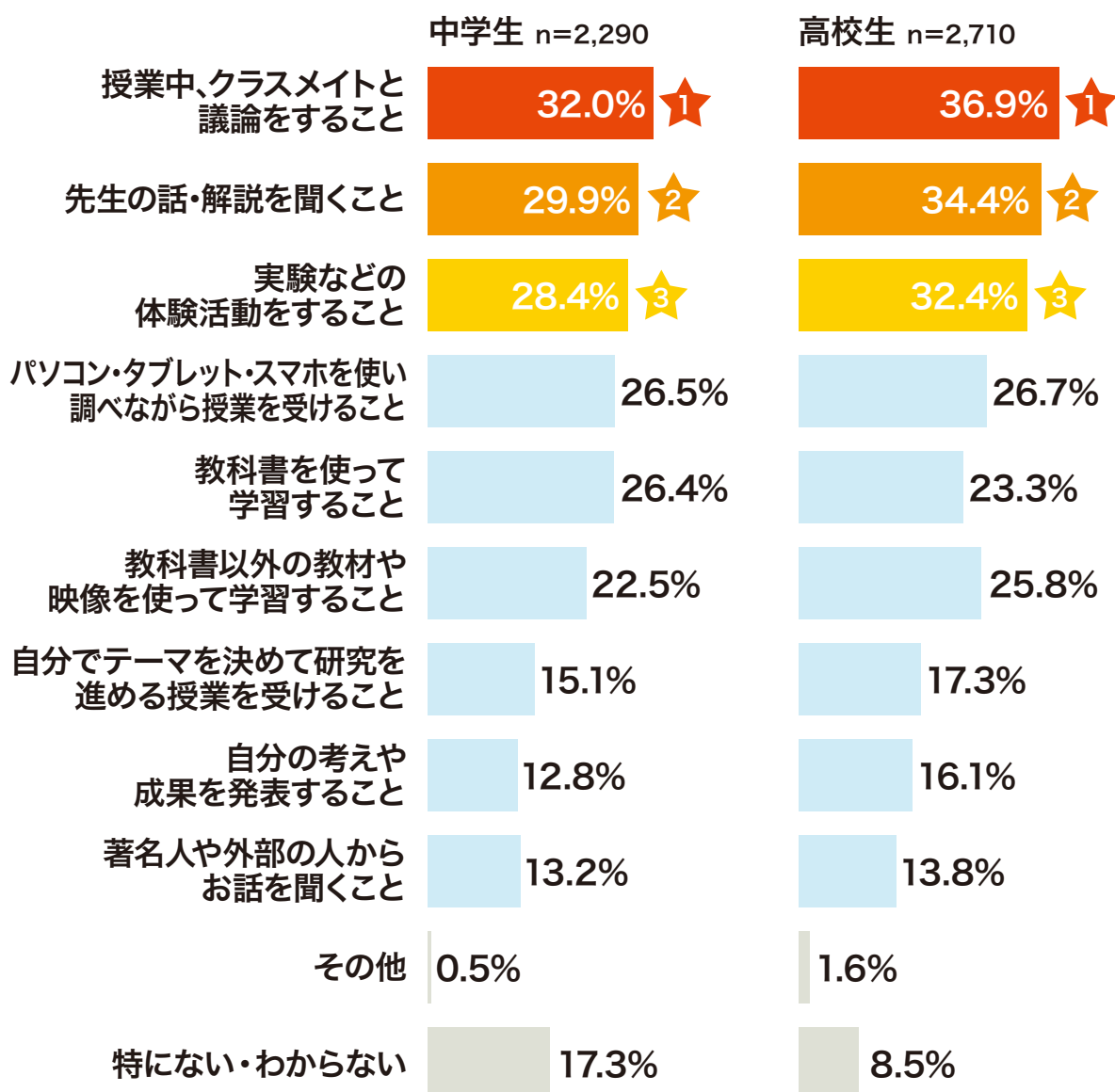
高校の授業についてお聞きします。「積極的に学びたい」、「自分の学習が進んだ」と感じることができる方法はどれですか。3つまでお選びください。(3つまで)

※最も効果があると思ったものから3つまで選んでください。

※経験がなくても、経験したら効果があると思うものを選んでください。

※現在中学生の方は高校生になったことを想像して回答してください。

- 中学生・高校生ともに、「授業中、クラスメイトと議論をすること」が最も高く、続いて「先生の話・解説を聞くこと」、「実験などの体験活動をする」となっています。



※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え（「その他」「特にない・わからない」を除く）

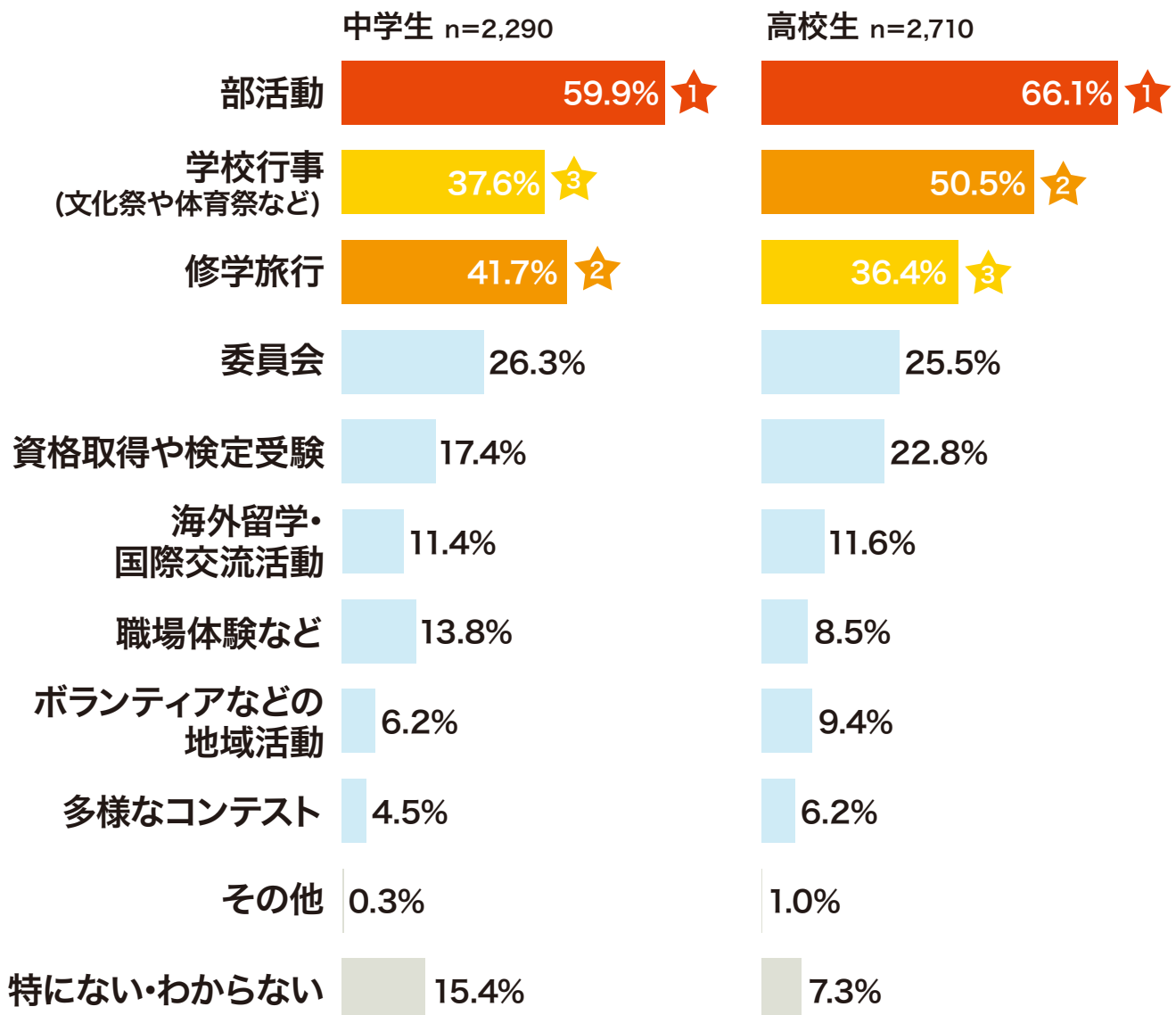
3.「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

Q.6

高校の授業に関すること以外でお聞きします。
あなたが積極的に取り組んだり、考えたり、
達成感を感じることができるものはどれですか。
3つまでお選びください。(3つまで)

※最も達成感を感じられると思ったものから3つまで選んでください。
※経験がなくても、経験した場合を想像して選んでください。
※現在中学生の方は高校生になったことを想像して回答してください。

- 中学生・高校生ともに、「部活動」が最も高くなっています。
- 次に高いのは、中学生では「修学旅行」、
高校生では「学校行事（文化祭や体育祭など）」となっています。



※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え（「その他」「特にない・わからない」を除く）

3.「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

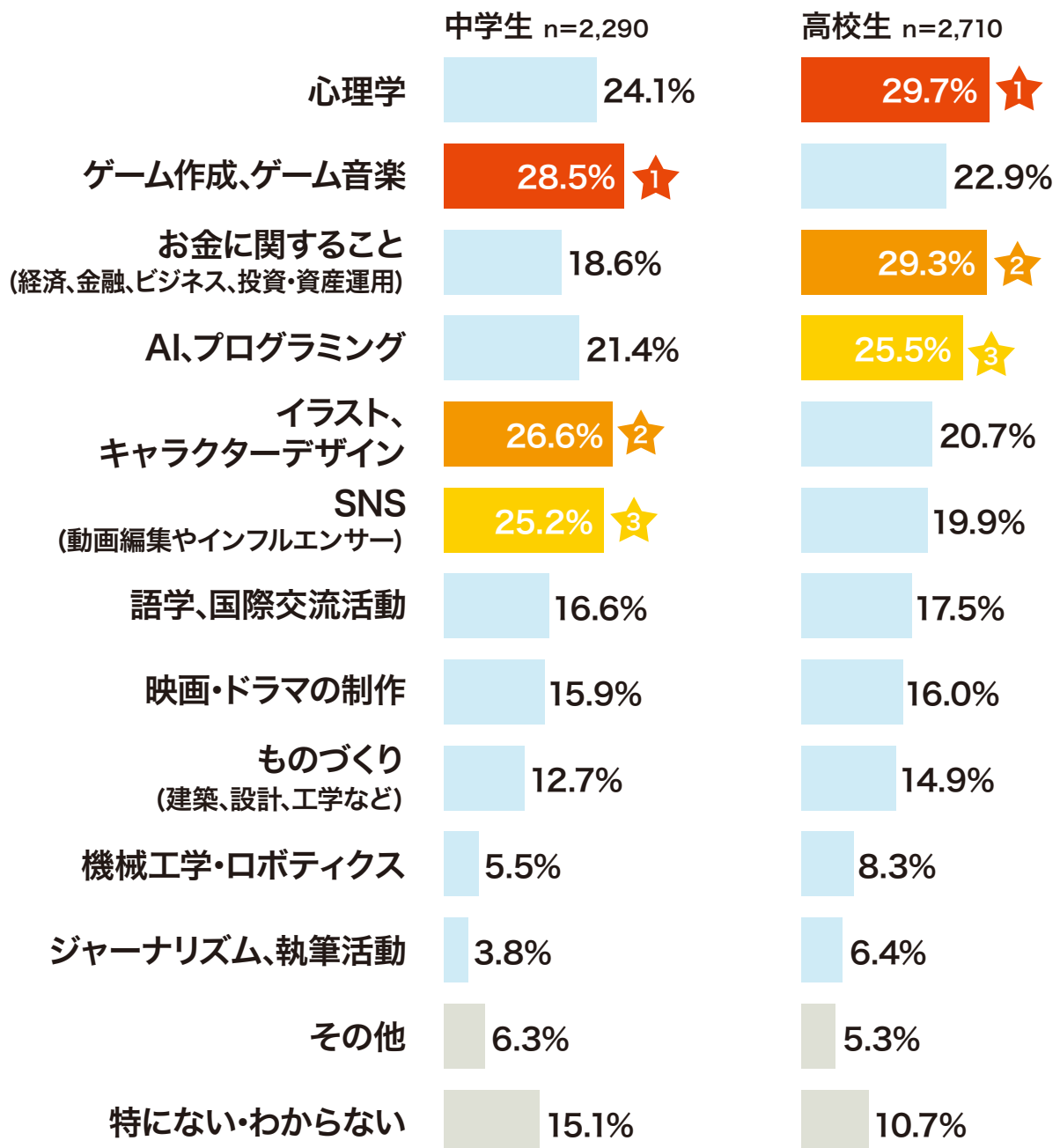
Q.7

今ある教科や科目以外で、あなたの興味関心が高く、高校で学びたいと思うものは何ですか。

3つまでお選びください。(3つまで)

※最も関心が高く学びたいと思ったものから3つまで選んでください。
※現在中学生の方は高校生になったことを想像して回答してください。

- 中学生では「ゲーム作成、ゲーム音楽」が最も高くなっています。
- 高校生では「心理学」が最も高くなっています。



※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え（「その他」「特にない・わからない」を除く）

3. 「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

Q.8

「こんな学校だったら行ってみたい・あったらいいのに」と思うのはどんな高校か、自由な発想で教えてください。(自由記述)

自分が積極的に学ぶための理想を、デジタル・学び方・学ぶ場所・人などの要素で教えてください。

(例) デジタルイラストを作る技術の授業を受け、コンテストで発表して学校に評価してほしい。

(例) 放課後、自宅や図書館でデジタル教材で勉強して、先生に学習成果を評価してほしい。

※特にない場合は「特にない」とご記入ください。

	全体	中学生	高校生
1. 学び方を自分たちで決めたい	342件	121件	221件
2. もっと色々な分野を学びたい	274件	118件	156件
3. 体験的・実践的に学びたい	142件	47件	95件
4. もっとデジタルを使って、学習したい	120件	55件	65件
5. 先生にひとりひとり寄り添った指導をしてほしい	117件	57件	60件
6. 海外と連携・留学したい、国際的なことを学びたい	105件	49件	56件
7. もっと多様な方法で、先生に評価してほしい	43件	17件	26件
8. もっと学校以外の色々な場所で、学習したい	39件	12件	27件
9. もっと先生以外の色々な人から、学びたい	34件	10件	24件
10. その他、学習に関する意見	352件	147件	205件
11. 授業や学習以外の学校活動に関する意見	65件	50件	15件
12. 学習に関連しない意見	1,065件	538件	527件
13. なし、わからない	2,302件	1,069件	1,233件

1. 学び方を自分たちで決めたい

全体 342件 中学生 121件 高校生 221件

- ▶ 毎週1時間だけ自分が学びたいことを自由に学べる 女性 中学2年生
- ▶ 自分の好きな研究を好きなだけ自由にでき、手伝って貰える高校 男性 中学3年生
- ▶ たくさんの選択肢を生徒に用意する学校 女性 高校1年生
- ▶ 全科目が選択授業で自分だけの時間割がある 女性 高校2年生
- ▶ 自分なりのプロジェクトや研究をする挑戦の機会とサポートが沢山欲しい 女性 高校3年生

2. もっと色々な分野を学びたい

全体 274件 中学生 118件 高校生 156件

- ▶ 音楽やeスポーツなど幅広く活動できる学校 男性 中学1年生
- ▶ ヘアスタイルの学習、ファッションの学習がある場所 女性 中学1年生
- ▶ しっかりプログラミング等のクリエイティブ分野を教えてくれる場所 男性 中学2年生
- ▶ 学校独自のプログラムで大学で学ぶ専門的な授業を先に学べる 男性 高校2年生
- ▶ 社会に出た時に必要なスキルを身に付けられる授業がある学校 男性 高校3年生

3. 「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

3. 体験的・実践的に学びたい

全体 142件 中学生 47件 高校生 95件

- ▶ いろんな体験ができるところ。やりたいことが決まっていない人のためにたくさん体験をして面白いと思うものを見つけることができる 女性 中学1年生
- ▶ 各分野に特化した先生から、少人数で体験・実験やディベートなどを取り入れた授業を受けられる学校があったら良いと思う 男性 中学2年生
- ▶ 積極的に生徒にプレゼンテーションを行わせる学校 女性 高校2年生
- ▶ 調べ学習を今よりも増やして、自分が興味を持っていることをもっと深めたい 女性 高校3年生
- ▶ 最先端のものを実際に体験する機会がある様々な著名人の講演会があるコンテストや課外活動の情報が多く共有される 女性 高校3年生

4. もっとデジタルを使って、学習したい

全体 120件 中学生 55件 高校生 65件

- ▶ デジタル関係の設備が整っており部活や授業で十分に使える状況にある高校 男性 中学3年生
- ▶ 定期テストのPDCAサイクルをデータ化したら、ネットで提出できるし、それをグラフにしたら自分の成長が見れていいと思う 女性 高校1年生
- ▶ 教科書が全てデジタル教材になっている 男性 高校2年生
- ▶ AI等を使用して一人一人の学習進度に合った勉強ができる学校 女性 高校2年生
- ▶ 勉強に特化したAIで放課後自習室で気軽に質問できる学校 女性 高校3年生

5. 先生にひとりひとり寄り添った指導をしてほしい

全体 117件 中学生 57件 高校生 60件

- ▶ 夢を叶える方法を個人個人で考えてくれる 男性 中学3年生
- ▶ 先生が学習成果を評価し、自分に合った学習法を教えて欲しい 男性 中学3年生
- ▶ 個人が頑張っていることを引き出し伸ばしてくれる学校 女性 高校1年生
- ▶ 1人につき1人チューターになる先生がいて、受験などの相談に乗ってくれる 女性 高校2年生
- ▶ 自主学習計画表を作ってそれを一緒に添削して欲しい 女性 高校3年生

6. 海外と連携・留学したい、国際的なことを学びたい

全体 105件 中学生 49件 高校生 56件

- ▶ 留学生がたくさんきたり、留学する機会がたくさんあって、外国の文化にたくさん触れることができる 女性 中学2年生
- ▶ いろいろな国籍の人が集まる学校があればいいなと思う 男性 高校1年生
- ▶ 色々な国や民族の、言語や生活文化を学び体験する授業を作って、国際交流への理解を深められるようにしてほしい 女性 高校1年生
- ▶ 国際留学が盛んな学校でいろんな国から様々な人が来て学ぶ学校 男性 高校2年生

3. 「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

7. もっと多様な方法で、先生に評価してほしい

全体 43件 中学生 17件 高校生 26件

- ▶ 評価の対象を増やしてほしい 男性 中学3年生
- ▶ テストだけでなく努力もちゃんと評価して欲しい 女性 中学3年生
- ▶ 自分の好きなことのコンクール出場や将来のためになるスキル取得に単位がつく 女性 高校1年生
- ▶ 学校外での活動を成績などの評価に使うような学校 男性 高校2年生
- ▶ 学習の結果と、その過程全体を見してくれる学校 女性 高校3年生

8. もっと学校以外の色々な場所で、学習したい

全体 39件 中学生 12件 高校生 27件

- ▶ チャットなどを通して家からでも質問ができるようにしてほしい 女性 中学1年生
- ▶ インターネットが普及してきているので午後の授業は家でオンライン授業をするなど学校が楽しみになる工夫をしてほしい 女性 中学3年生
- ▶ 放課後の勉強もオンラインでサポートされる環境 男性 高校1年生
- ▶ オンラインと登校を自分で決められる 女性 高校1年生
- ▶ 週1の頻度で自宅などでデジタル教材で学習するスタイル 男性 高校3年生

9. もっと先生以外の色々な人から、学びたい

全体 34件 中学生 10件 高校生 24件

- ▶ インフルエンサーなどが授業の一部をしてくれる学校 男性 中学2年生
- ▶ たくさん外からプロフェッショナルな人を呼んで講演してもらえて将来の選択についてたくさんの選択肢を作ることのできる学校 男性 高校2年生
- ▶ 個人で研究する内容を決め、学期ごとにその成果を発表する機会を設け、その内容に対してその分野に特化した専門家からの意見を聞きたい 男性 高校3年生
- ▶ 大学と連携して、高度な授業を受けながら、高校の一部の単位の代わりに大学の単位を取得し、その取得単位で卒業できる学校 男性 高校3年生
- ▶ 企業とのコラボなど将来に繋がる授業ができる学校 女性 高校3年生

10. その他、学習に関する意見

全体 352件 中学生 147件 高校生 205件

- ▶ 学校の図書室に、イラストや楽曲制作などの多様な実用書や参考書を置くなどして、興味を持ったことを自発的に学習しやすい環境を作してほしい 男性 高校2年生
- ▶ 勉強時間など、努力した時間や量を可視化できるようにしてほしい 女性 高校2年生
- ▶ 他校との交流が多い学校。
他校の人と授業を受けたり共に研究発表などができたらいい 男性 高校3年生
- ▶ 学校の中に静かに勉強するスペースと話しながらできるスペースの両方がある学校 女性 高校3年生
- ▶ 自由な発想力の試される授業を行いたい 女性 高校3年生

3. 「もっと学びたくなる、新しい高校のアイデア」について

11. 授業や学習以外の学校活動に関する意見

全体 65件

中学生 50件

高校生 15件

- ▶ 部活の種類が多い 男性 中学1年生
- ▶ 生徒がやりたいことをなんでもできる場所 女性 中学2年生
- ▶ 部活動や課外活動など生徒のやりたいことをとことんやらせてくれる学校 女性 中学3年生

12. 学習に関連しない意見

全体 1,065件

中学生 538件

高校生 527件

- ▶ きれいで色々な設備が整っている学校 男性 中学1年生
- ▶ 自由度はあるがみんなが学校をよりよくしようと行動を起こせる学校 女性 中学2年生
- ▶ お互いに思いやりがもてて尊重し合える学校 男性 高校2年生
- ▶ 校則が厳しくなく、生徒自身に委ねるスタイルの学校 女性 高校2年生
- ▶ 学校行事を生徒主体で一から企画して
様々な活動を実施できるような学校だったらいい 女性 高校2年生

東京都から中高生の皆さんへメッセージ

学習する時間・場所、先生とのかかわり方、学び方などについて、様々なニーズがあることがわかりました。

東京都は皆さんの多様なニーズに対応するため、都立高校の「新しい学びの場」への進化に向けた不断の改革を行います。

4.「思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)の相談」について

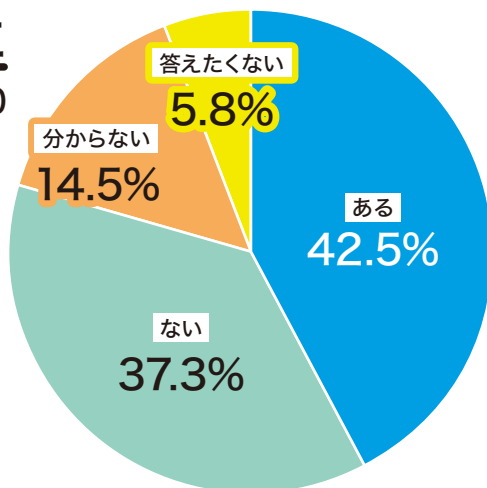
Q.9

思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)はありますか。(ひとつだけ)

- 中学生・高校生ともに「ある」が最も高くなっています。
- 性別で見ると、男性では「ない」が最も高くなっていますが、女性では「ある」が最も高くなっています。

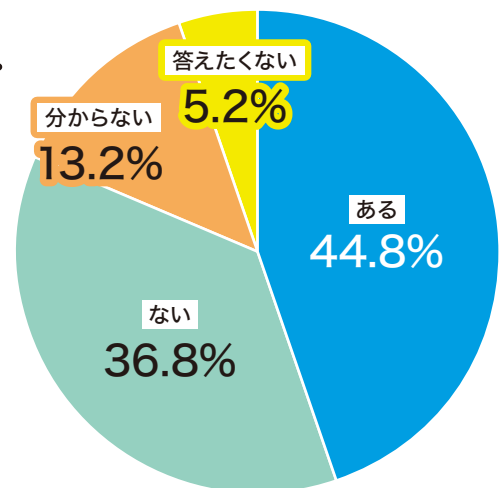
中学生

n=2,290



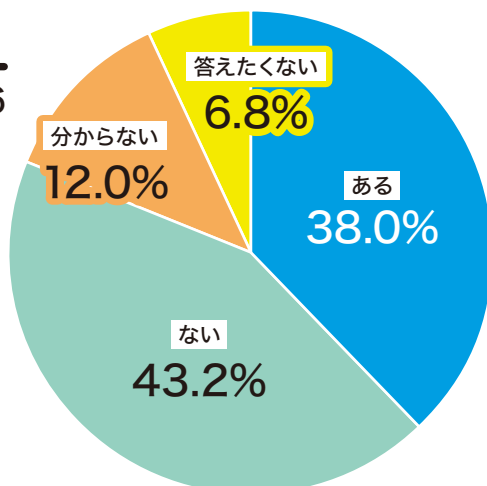
高校生

n=2,710



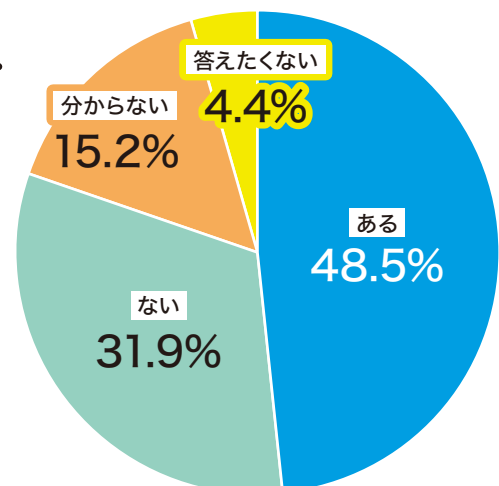
男性

n=2,256



女性

n=2,744



4.「思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)の相談」について

Q.10

思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)について相談したいと思いますか。

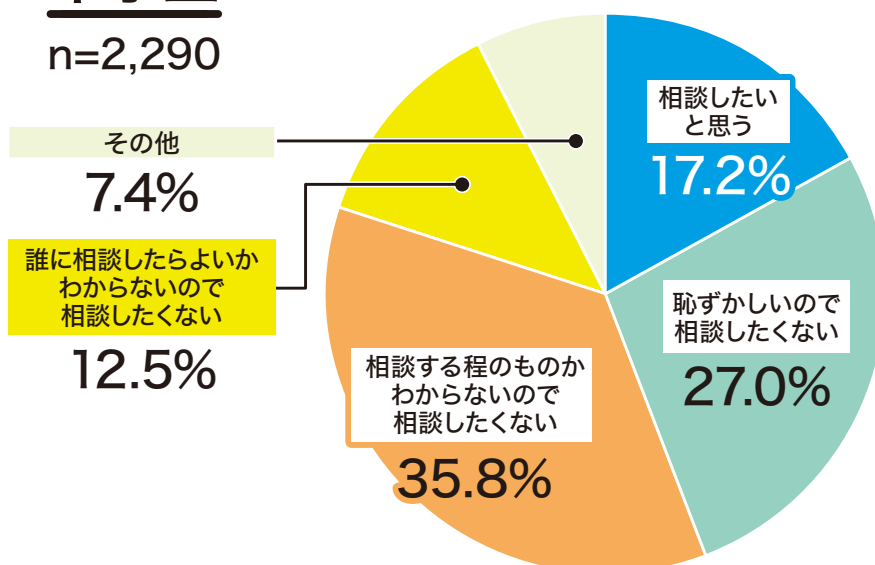
一番近いと思うものを選んでください。(ひとつだけ)

※思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)があると仮定してお答えください。

- 中学生・高校生ともに「相談する程のものかわからないので相談したくない」が最も高く、続いて「恥ずかしいので相談したくない」、「相談したいと思う」となっています。

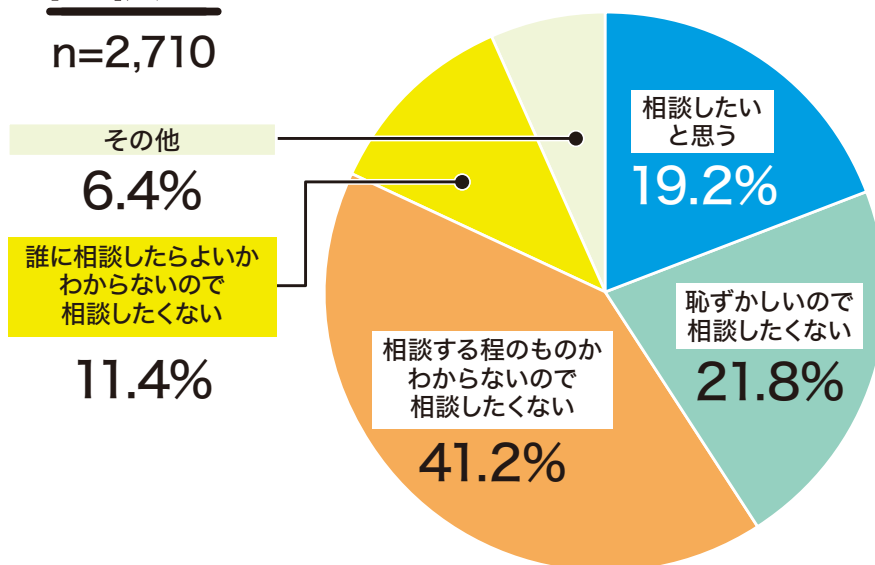
中学生

n=2,290



高校生

n=2,710



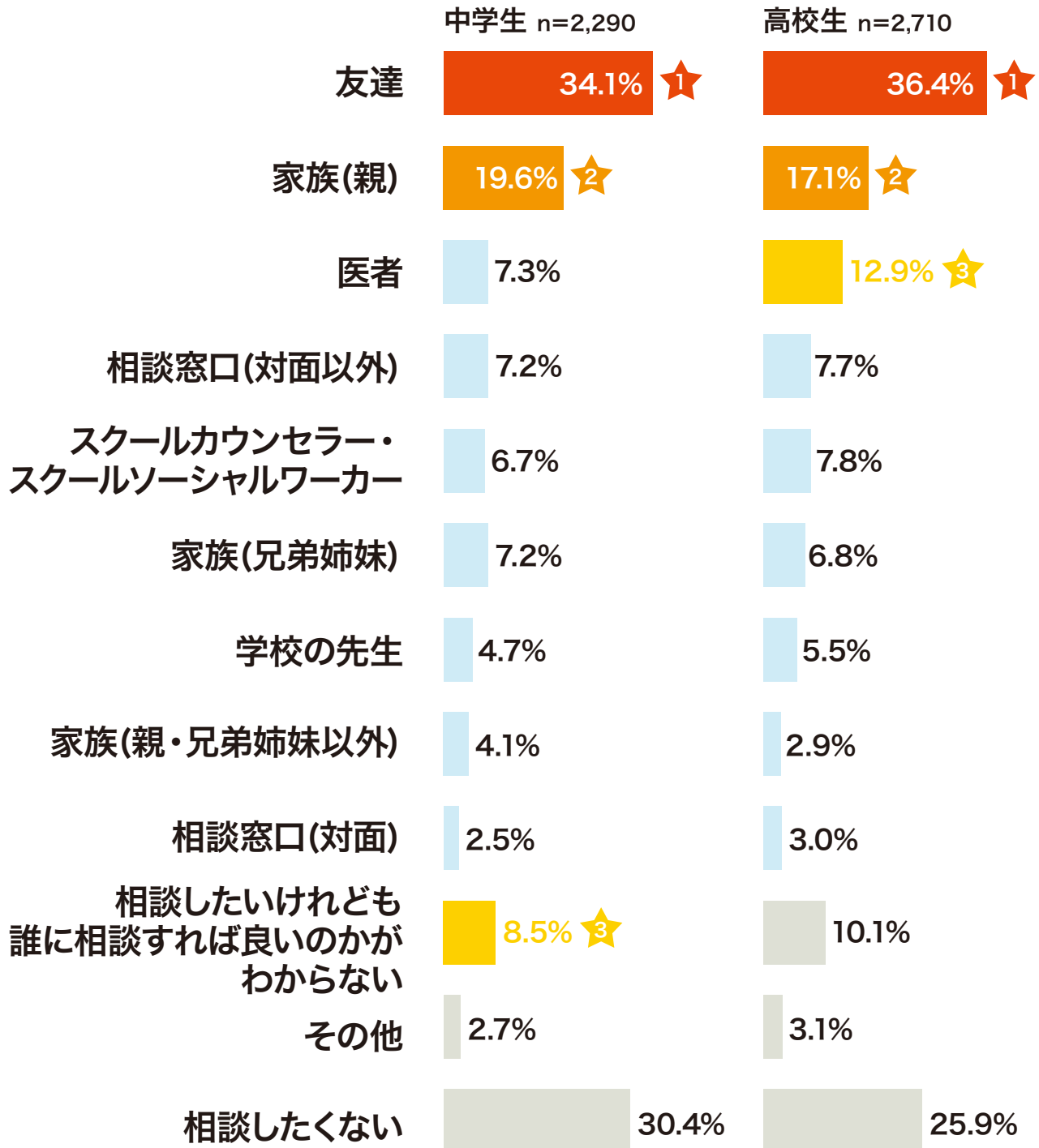
4.「思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)の相談」について

Q.11

思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)は誰に相談したいですか。(いくつでも)

※思春期特有の悩みを相談するとしたら、仮定してお答えください。

- 中学生・高校生ともに、「友達」が最も高く、続いて「家族(親)」となっています。



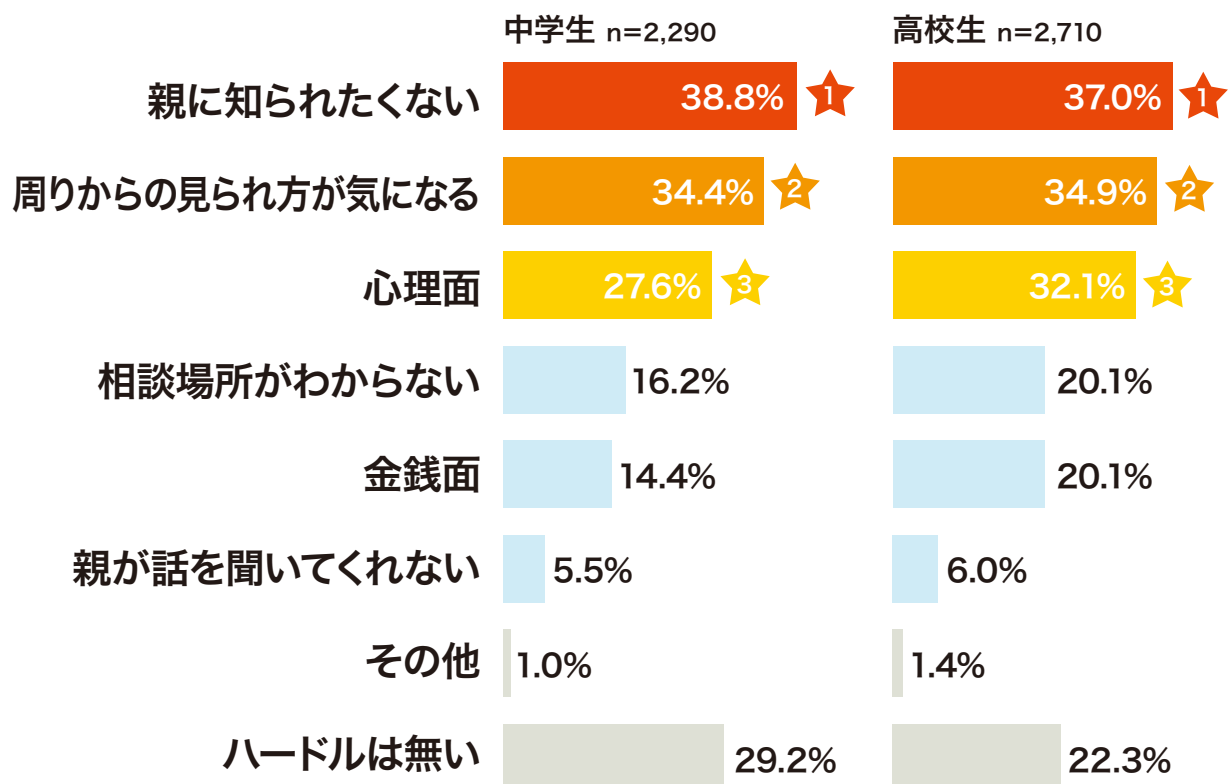
※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え

(「相談したいけれども誰に相談すれば良いのかがわからない」「その他」「相談したくない」を除く)

4.「思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)の相談」について

Q.12 思春期特有の悩み(からだやこころ、性などの悩み)を医療機関等に相談する場合のハードルは何ですか。(いくつでも)

- 中学生・高校生ともに、「親に知られたくない」が最も高く、続いて「周りからの見られ方が気になる」、「心理面」となっています。

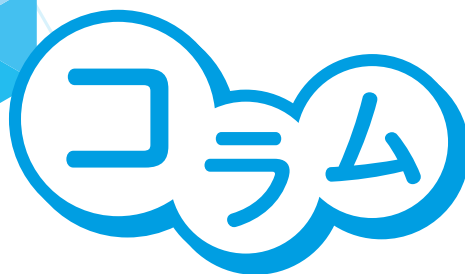


※選択肢は、中高生全体の回答の割合が高い順に並び替え(「その他」「ハードルは無い」を除く)

東京都から中高生の皆さんへメッセージ

思春期特有の悩みについて、悩みがあっても相談しづらいと感じている中高生が多いことがわかりました。

東京都では、思春期に知っておきたい健康管理情報を、10代の皆さん目線で発信する取組を行っています。相談窓口の情報も掲載しているので、内容を知りたい人は、次のページのコラムをぜひチェックしてみてください。



TOKYO YOUTH HEALTHCARE とは

**TOKYO
YOUTH
HEALTHCARE**

— 10代からの健康・医療サイト —

なかなか言えない・聞けない。
性やからだ、こころの悩みや不安を
解決する手助けをします。

ぜひこちらのQRコードを
チェックしてください! ▶



からだのこと、性のこと、こころのことなど、
9つのカテゴリから記事を探することができます。/



からだのこと

第二性徴、
生活習慣など



栄養のこと

摂食障害、
過食・拒食など



恋愛のこと

対等な関係作り、
デートDVなど



性のこと

妊娠・避妊、性感染症、
性の多様性など



こころのこと

メンタルヘルス、
うつ、人間関係など



暴力のこと

性暴力、いじめなど



酒と薬物のこと

市販薬、カフェインなど



ケガのこと

思わぬ事故・ケガ、
障害など



その他

「相談窓口一覧」では自分に合った相談窓口を探することができます。

とうきょう若者ヘルスサポート(わかさぽ)とは

わかさぽ

わかもの

**とうきょう若者
ヘルスサポート**

看護師等が10代のからだやこころの悩みにお答えします。いま、悩んでいることをわかさぽに相談してみませんか。匿名の相談も可能です。

こちらからお気軽にご相談ください。▶



【たとえば、こんな悩みの相談にお答えします】

- 生理痛が重くて、しんどいです。痛みが軽くなる方法を知りたい。
- ちゃんと夜に寝ているのに、授業中どうしても眠くなってしまうのはなんで？
- 避妊に失敗してしまった。どうしたらよいか。緊急避妊薬ってどんな薬？

東京都から皆さんへ

東京都では、皆さんの意見を大切にして、子供の笑顔があふれる社会をつくれます。

皆さんが自分らしく健やかに成長できるように、
皆さんと一緒に考えながら、いろいろな取組を行っています。



東京都子ども基本条例

子供の権利が大切にされ、みんなが幸せに過ごせる
ように東京都子ども基本条例ができました。
この条例は子どもの権利条約の精神に
のっとり作られています。

東京都子ども基本条例ハンドブック(中高生版)の内容は
こちらをチェックしてください！



子ども未来アクション

皆さんの声や思いをもとにした、子供の
笑顔があふれる社会をつくるための取組
をまとめています。

令和6年度にSNSアンケートで聴いた声
や取組への反映状況も掲載しています。

本編



中高生版



ギュッぴい



ギュッとチャット

ギュッとチャット

相談無料！

日常の悩みや不安を、匿名で気軽にチャット相談することが
できます。相談相手を選んで継続して相談することもできます。

例えばこんなことを相談できます

- 進路について悩んでいる
- 勉強と部活の両立が難しい
- 友達との関係でモヤモヤすることがある



こちらから
お気軽に
ご相談ください。



Instagram

ギュッぴいのことを
もっと知りたいときは
フォローしてほしいっづゅ