

東京都若者総合相談センター 若ナビα 令和7年度実績報告



N P O メンタルケア協議会

若ナビαとは

○**東京都若者総合相談センター（若ナビα）**は、東京都にお住まいの若者やそのご家族等を対象とした相談窓口。若者の相談を広く丁寧に受け止めます。

○対象

- ・東京都内に在住、在学、在勤の18歳～39歳の若者とそのご家族
- ・中学卒業後のお子さんの非行でお悩みのご家族等
- ・対象の（見込みも）若者を支援中で、引継ぎ先を検討されている支援機関（行政および民間）の支援員・相談員の方

○相談方法

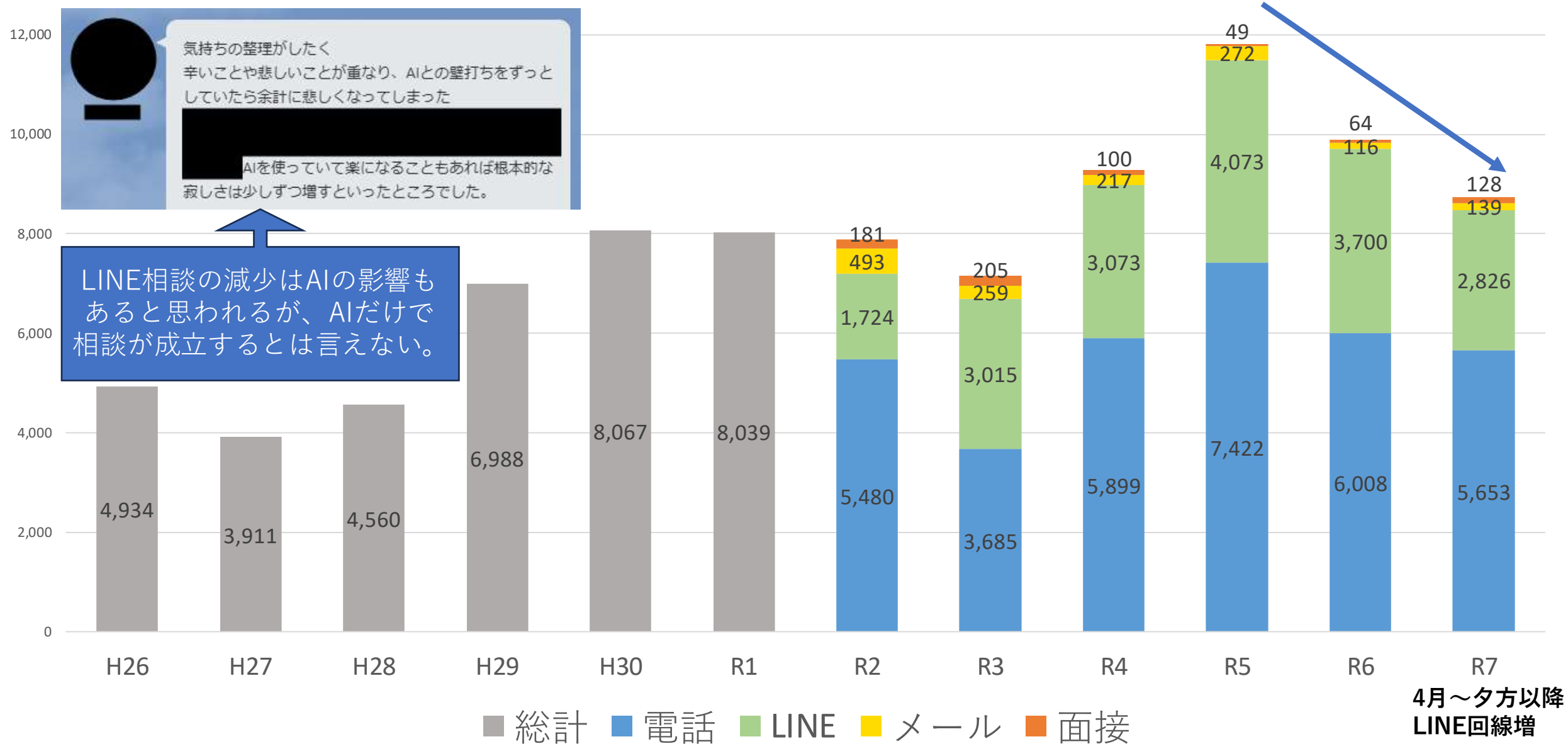


電話 / LINE相談：月～土 11:00～23:00
（受付は22:30まで、年末年始除く）

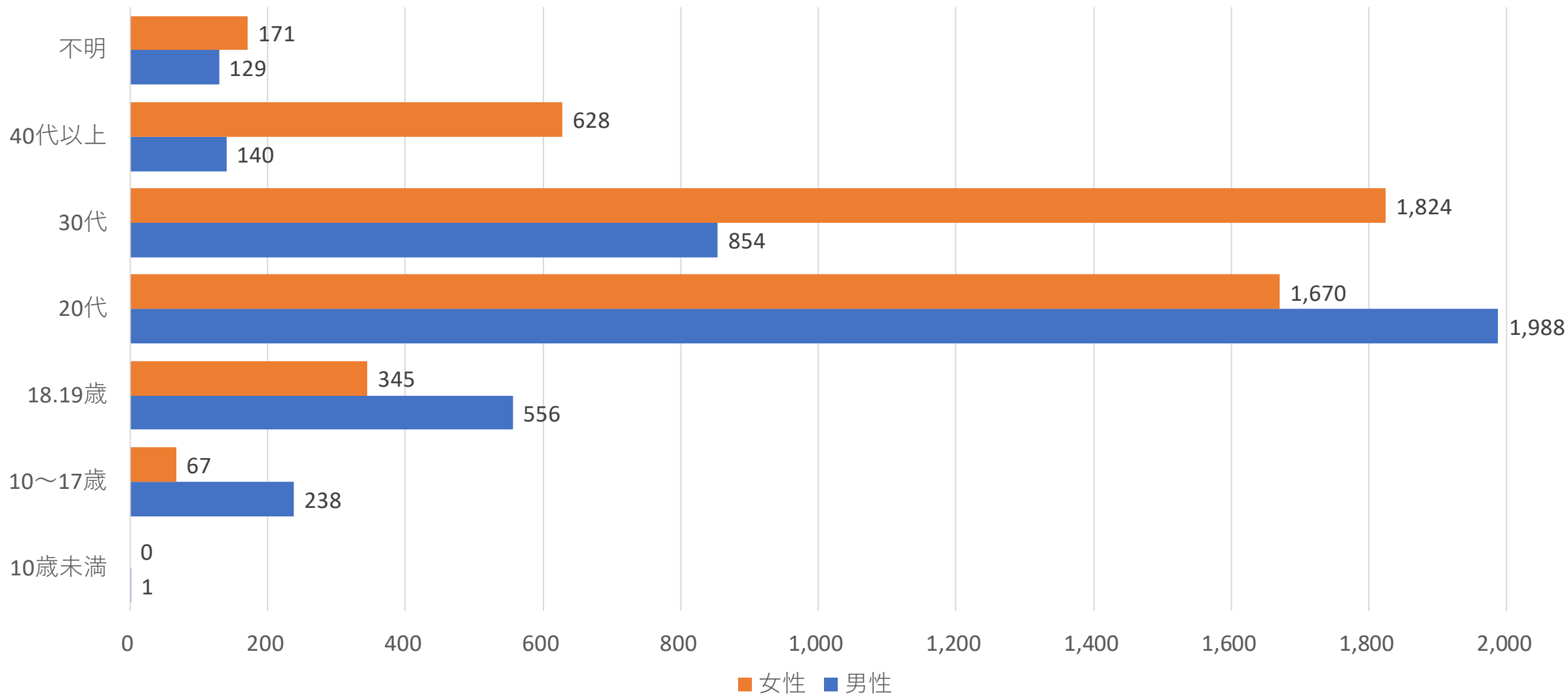
メール相談：24時間受付 1週間以内に返信

面接相談：事前予約制 原則5回程度まで
他機関相談への同行も可能

相談件数の推移（H26～R7年度）



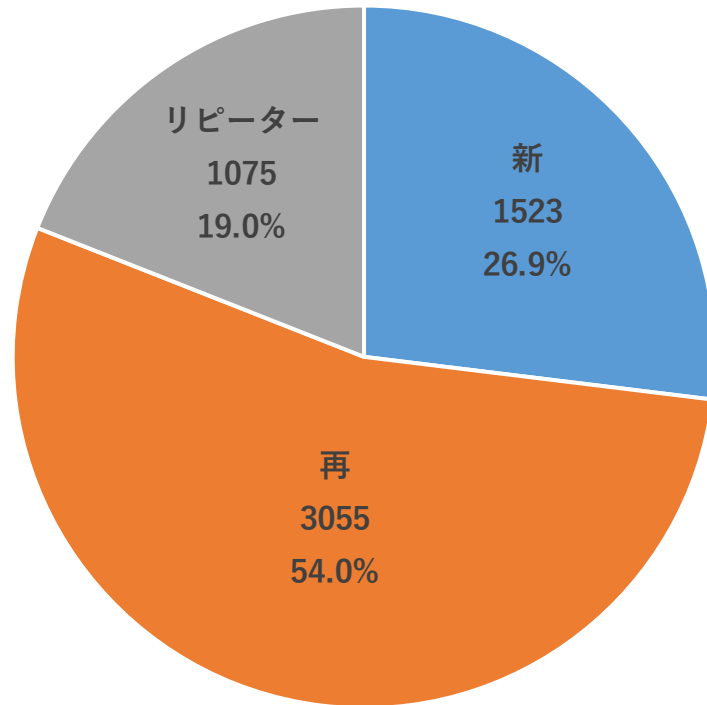
R7年度相談者の性別、年齢



男性：3906件 女性：4705件 性別その他・不明：135件

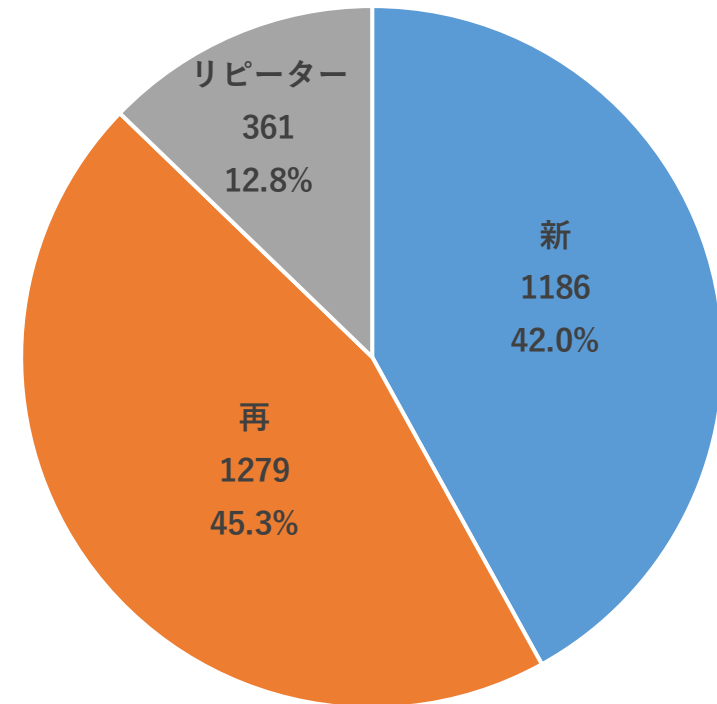
新規・再相談・リピーターの割合

電話 R7年度 5653件



■ 新 ■ 再 ■ リピーター

LINE R7年度 2826件

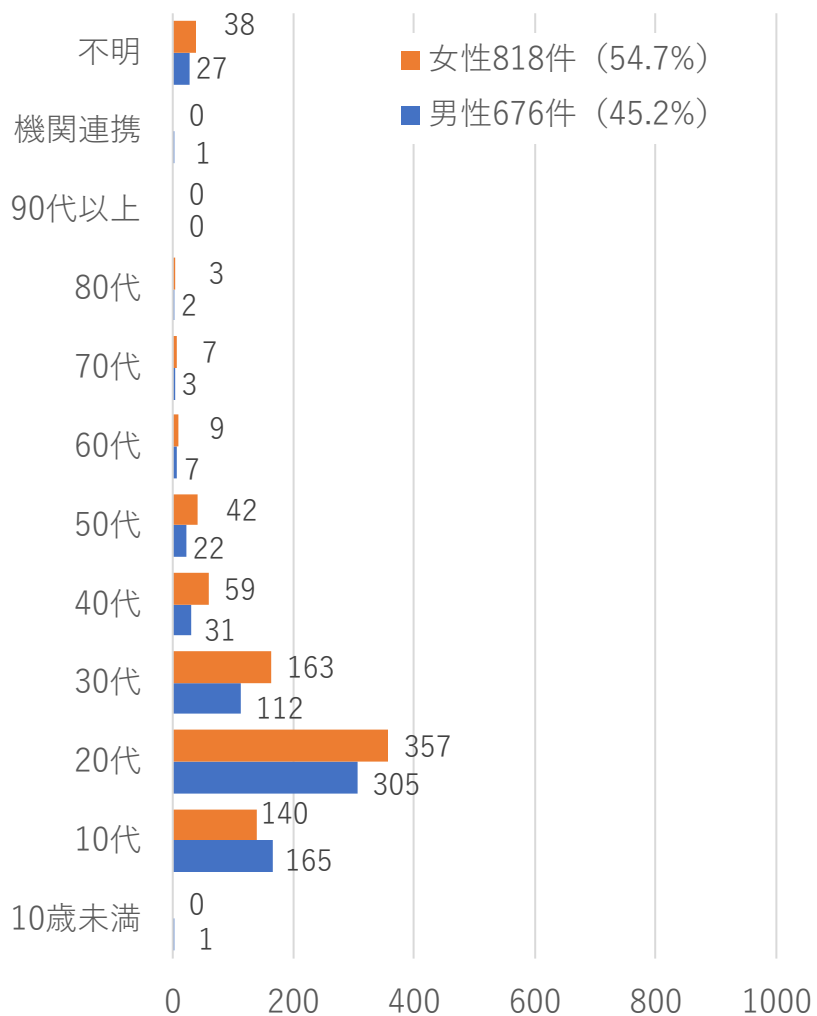


■ 新 ■ 再 ■ リピーター

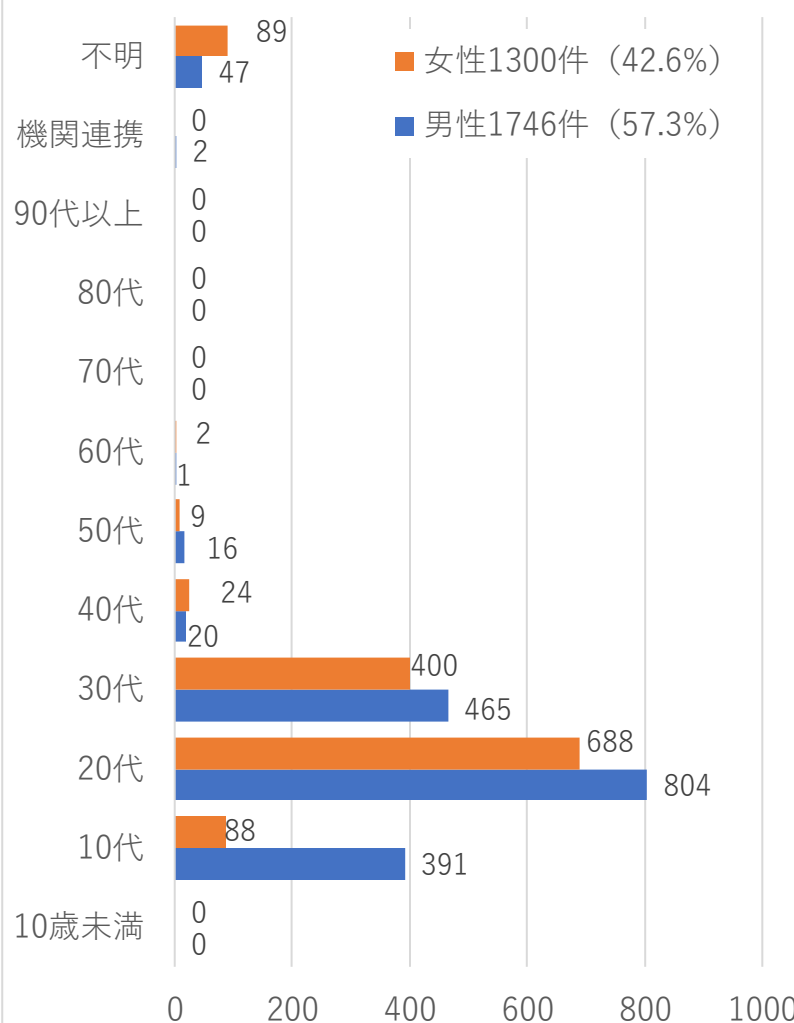
相談対象者の年齢と性別【電話】

全5615件
性別不明38件除く

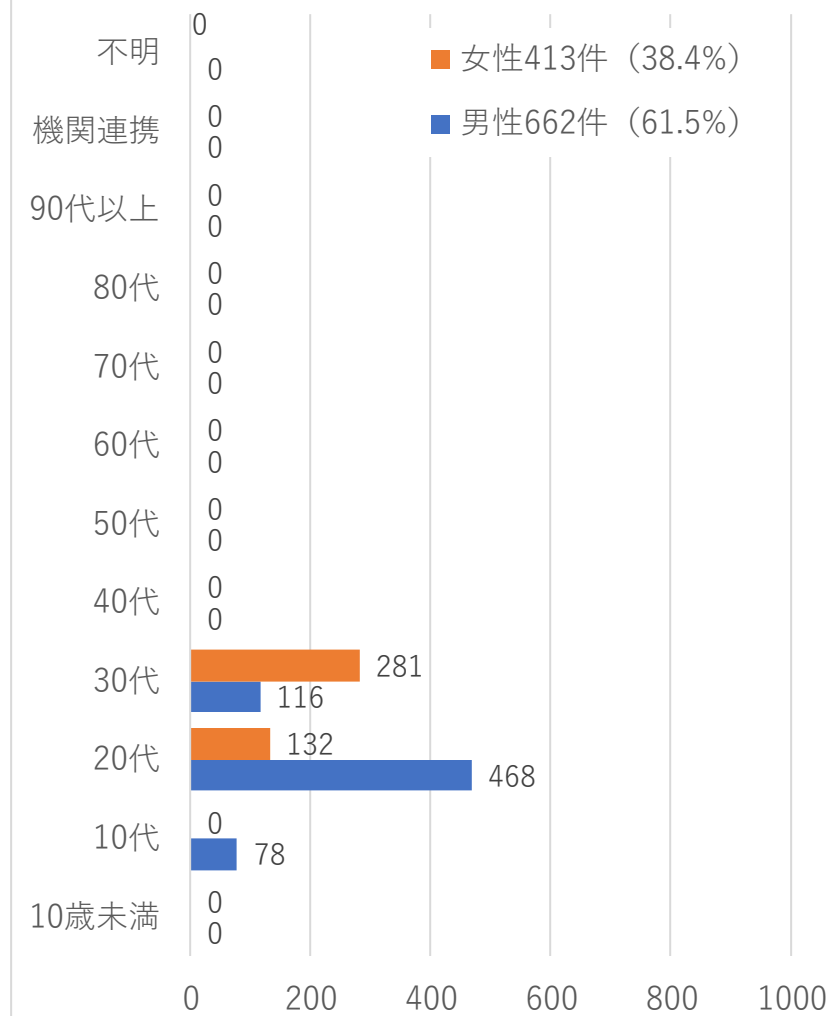
【新規】



【再】



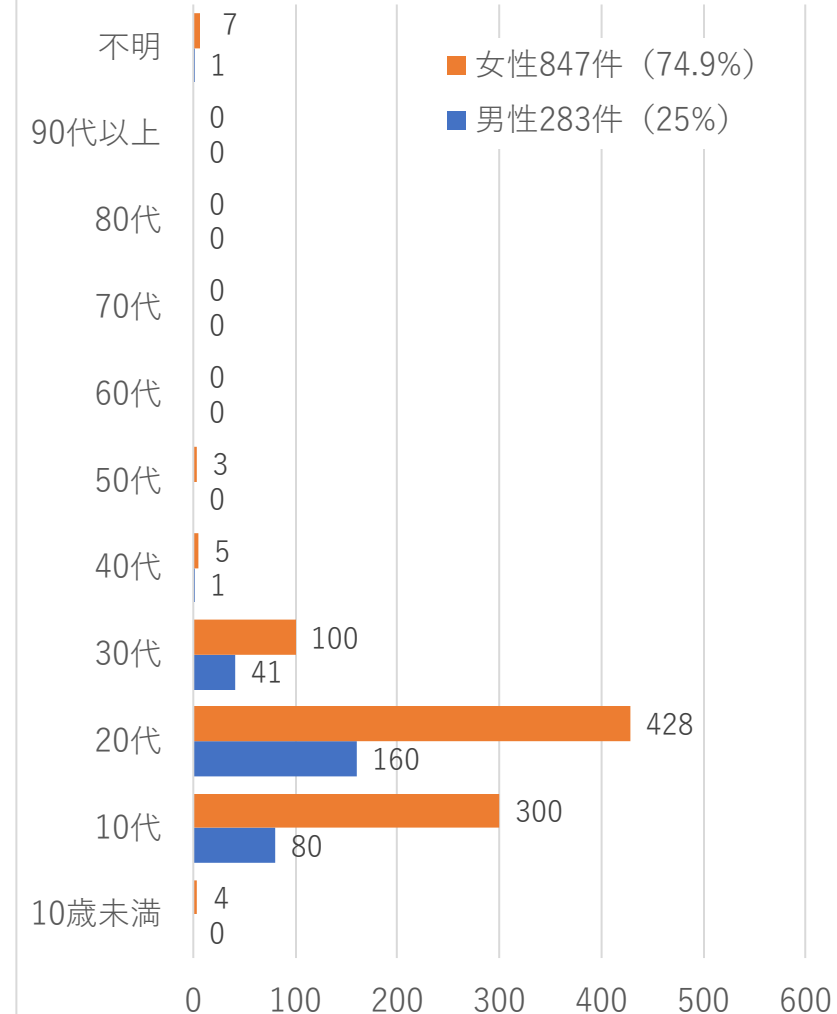
【リピーター】



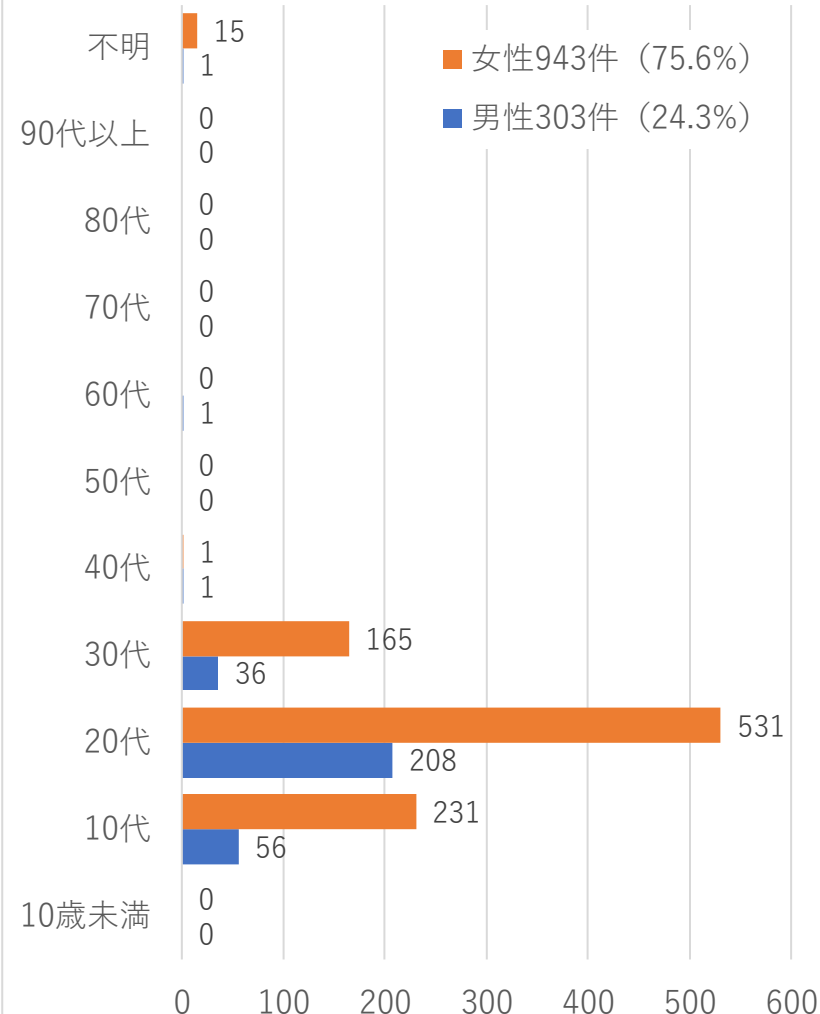
相談対象者の年齢と性別【LINE】

全2737件
性別不明その他89件除く

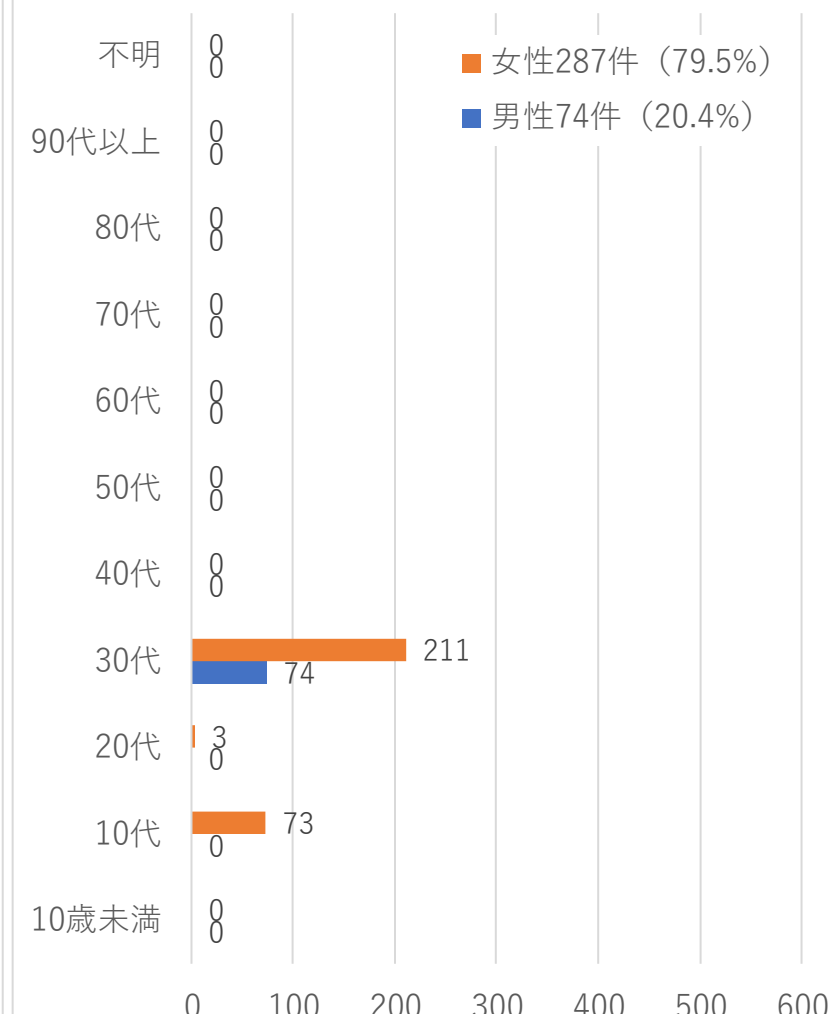
【新規】



【再】



【リピーター】



相談者属性

電話 相談者属性	人数	割合
本人	4,566	80.77%
父	103	1.82%
母	596	10.54%
その他家族	15	0.27%
友人・知人	20	0.35%
支援機関等	284	5.02%
その他	10	0.18%
不明	59	1.04%
合計	5,653	100%

LINE 相談者属性	人数	割合
本人	2,712	95.97%
父	3	0.11%
母	69	2.44%
その他家族	7	0.25%
友人・知人	22	0.78%
支援機関等	-	-
その他	-	-
不明	13	0.46%
合計	2,826	100%

情報提供

若者	各市区町村子ども・若者支援相談窓口	20	25
	その他（東京都若者社会参加応援事業など）	5	
ひきこもり	東京都ひきこもりサポートネットなど		8
仕事・就労	若者サポートステーション	11	99
	ハローワーク	5	
	東京しごとセンター	35	
	総合労働相談コーナー	21	
	その他（各市区町村就労支援センターなど）	27	
生活困窮・生活保護	社会福祉協議会	5	47
	生活困窮者自立支援窓口	27	
	福祉事務所	11	
	その他（特定非営利活動法人TENOHASIなど）	4	
消費生活・法律	消費生活センター等	14	43
	各市区町村法律相談窓口	12	
	法テラス	4	
	その他（風テラス、多重債務者生活再生事業など）	13	
女性・男性・LGBTQ	各市区町村女性相談/男性相談窓口	58	98
	各市区町村LGBTQ+相談窓口	5	
	その他（東京都女性のための健康ホットラインなど）	35	
教育・子ども・子育て	大学等学生相談室/サポート室/スクールカウンセラー	102	307
	相談はっとLINE@東京「話してみよう 子供専用」	109	
	各市区町村教育相談窓口	45	
	その他（子ども家庭支援センターなど）	51	
高齢者	各市区町村地域包括支援センター		5

医療	医療情報ネット「ナビイ」	17	33
	東京都医療機関・薬局案内サービス「ひまわり」	6	
	その他（最寄りのクリニック・病院など）	10	
保健	保健所/保健(福祉)センター等	117	241
	精神保健福祉センター等	20	
	東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～	58	
	その他（とうきょう若者ヘルスサポートなど）	46	
障害者	各市区町村障害者支援センター	2	8
	その他（障害者雇用支援センターなど）	6	
行政機関	区民相談/市民相談窓口	6	18
	その他（区役所・市役所など）	12	
外国人	外国人患者向け医療情報サービス	2	12
	外国人在留支援センター「FRESC/フレスク」	2	
	その他（各市区町村外国人相談など）	8	
更生保護	少年センター	7	9
	その他（ダルクなど）	2	
警察・消防関係	警察相談専用電話「#9110」	16	36
	東京消防庁救急相談センター「#7119」	6	
	最寄りの交番・警察署・消防署(救急含む)	6	
	その他（性犯罪被害相談電話など）	8	
その他	日本臨床心理士会「臨床心理士に会うには」	13	16
	その他（認定NPO法人グリーフケア・サポートプラザなど）	3	
都外の機関	都外保健所/保健(福祉)センターなど		157
		合計	1162

仲介、通報、折り返しをしたケース

仲介

仲介先	教育	福祉	医療	雇用	保健	警察関係	更生保護	外国人	その他	他府県の機関	合計
R6年度	0	1	3	1	7	0	0	0	0	0	12
R7年度	1	2	0	0	10	0	0	0	1	0	14

通報

通報先	教育	福祉	医療	雇用	保健	警察関係	更生保護	外国人	その他	他府県の機関	合計
R6年度	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
R7年度	1	0	0	0	2	2	0	0	0	0	5

折り返し
(R7)

用途／ツール (応答の有無)	電話		アウトバウンズ		メール			SMS (非行相談面接に限る)		総計
	応答あり	応答なし	応答あり	応答なし	返信あり	返信なし	応答の必要なし	応答あり	応答なし	
相談対応	56	63	19	17	1	2	0	1	3	162
事務連絡	31	54	18	17	2	3	3	0	3	131
アフターフォロー	18	34	3	2	0	1	0	3	13	74
総計	105	151	40	36	3	6	3	4	19	367
	256		76		12			23		

非行相談

R7年

R8年

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
電話	24	12	20	11	20	36	46	72	45	32	49	45	412
LINE	2	8	1	0	3	7	6	7	5	3	1	6	49
メール	0	1	1	0	0	0	2	0	0	2	10	2	18
面接	4	5	3	5	4	8	6	9	5	7	5	10	71
合計	30	26	25	16	27	51	60	88	55	44	65	63	550

上記のうち 新規件数	9	4	4	4	5	15	19	14	10	14	7	8	113
---------------	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	---	---	-----

継続関わり ケース数	8	7	7	7	9	11	12	14	14	15	16	16	実人数 31
---------------	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	--------

令和6年度より非行相談の体制を強化し、積極的な普及啓発活動を令和7年度も継続したため、令和6年度の相談件数217件の2倍近い550件の相談・支援を行った。

ヤングケアラー相談

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
電話					6	9	3	6	9	2	7	1	43
LINE					2	9	13	6	6	5		6	47
メール							1			1		1	3
面接						1				1			2
合計	0	0	0	0	8	19	17	12	15	9	7	8	95
新規電話					2	8	1	3	3		4	1	
新規LINE					1	2	4	1	3	3		4	
新規メール							1					1	
新規面接						1				1			
新規合計	0	0	0	0	3	11	6	4	6	4	4	6	

令和7年7月～東京都にヤングケアラーコーディネーターが配置され、若ナビαと連携し18歳以上のヤングケアラー・若者ケアラーからの相談を積極的に受けるようになった。

今年度の重点項目

■生成AI（ChatGPT等）の普及等による変化に対応

- LINE相談件数の減少: 手軽な情報検索や、一時的な話を聞いてほしいというニーズがAIに移行したことも一因の可能性はあるが、LINE相談の需要は減少傾向にある
- 一方で、メールや面接相談の件数は増加している。メールではAIでは対応困難であろう重い内容が多く、電話等で丁寧に聞き取りを行った上で面接相談へ繋がるケースが多い

■つながりにくい人たちへのアプローチ

- メッセージ発信: 継続支援が必要な相談者で連絡が途絶えがちな方に対し、LINEやSMS等を用いて「いつでも待っている」というサインを送り続ける
- フォローアップの徹底: 心配なケースについては、定期的に状況確認（折り返し）を行い、取りこぼさない支援を継続する

■支援者ネットワーク交流会の充実とPRの強化

- 令和6年度から実施している交流会をさらに充実させる。顔の見える関係性を築くことで、安心して紹介し合える・相談し合えるネットワークを構築し、繋ぎの質を向上させる
- 窓口で待つだけでなく、学校等の若者がいる場所や関係機関へ直接出向くPRを強化する

若者の相談行動の変化に柔軟に対応しつつ、見える化エンジンなど新しいツールを活用してよりニーズに合致した若者総合相談のあり方を模索していく

7月29日に支援者ネットワーク交流会を開催

「第5回 若ナビα支援者ネットワーク交流会」開催概要

■目的

若ナビαを知ってもらう：相談体制、実際の連携事例の紹介

情報交換：各機関の役割を共有し、迷った時に顔のうかぶ関係をつくる

ネットワークの推進：東京都の若者支援の輪を広げる

■日時 R8年7月29日（水） 13:30～15:30（120分）

■開催方法 オンライン開催（Zoom）

■内容（予定）

あいさつ・趣旨説明／参加団体の紹介・若ナビαの紹介と事例提供

第5回のテーマ：「家に帰りたくない・帰れない若者への支援」

東京都子供若者シェルターの運営団体（サンカクシャ、巣立ち会）より

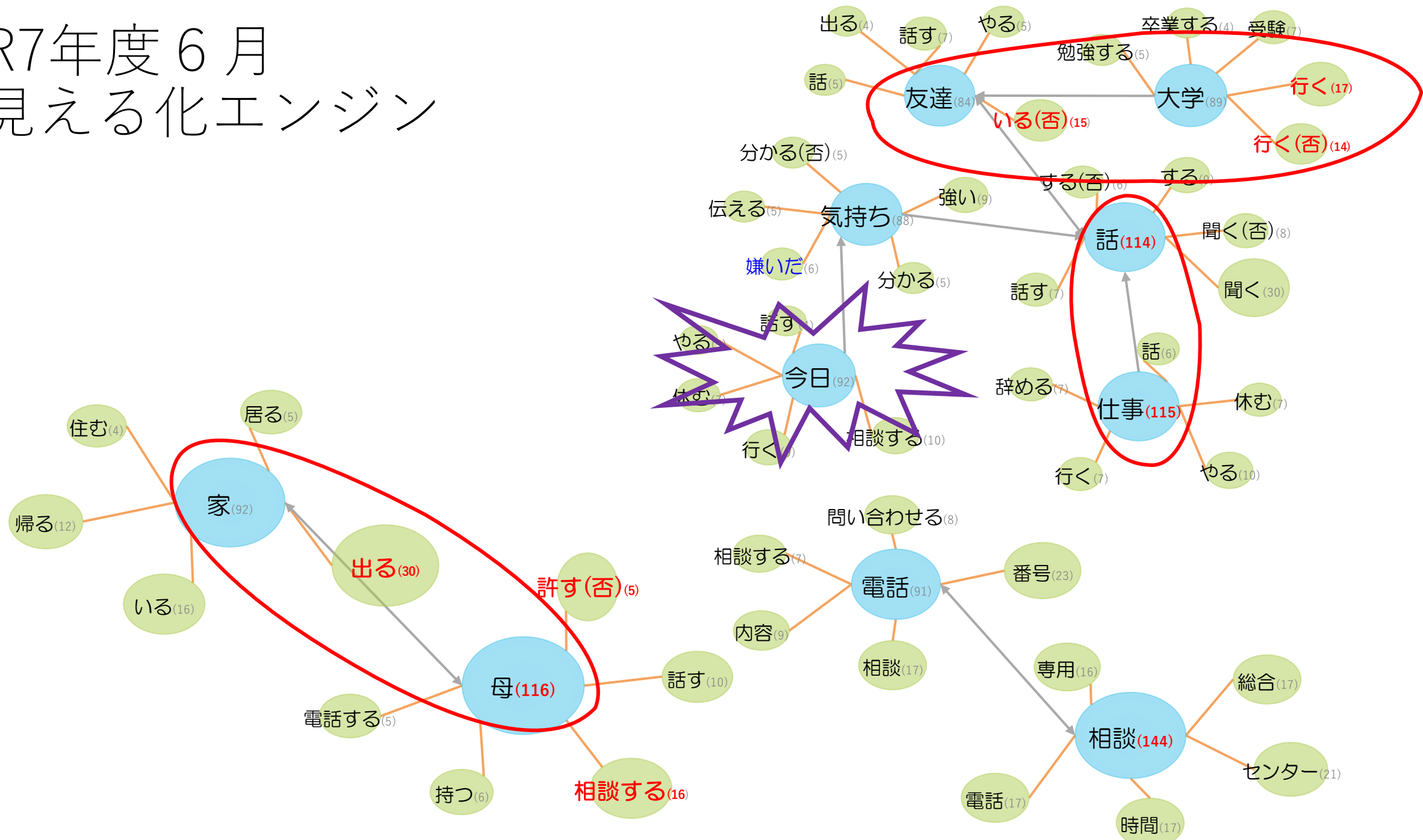
「親と喧嘩をして帰りたくない」「公園で野宿している」など困りごとを抱えた若者の実態を伺います。

！参加者の方々の現場での事例についても、時間の許す限り意見交換を行います！

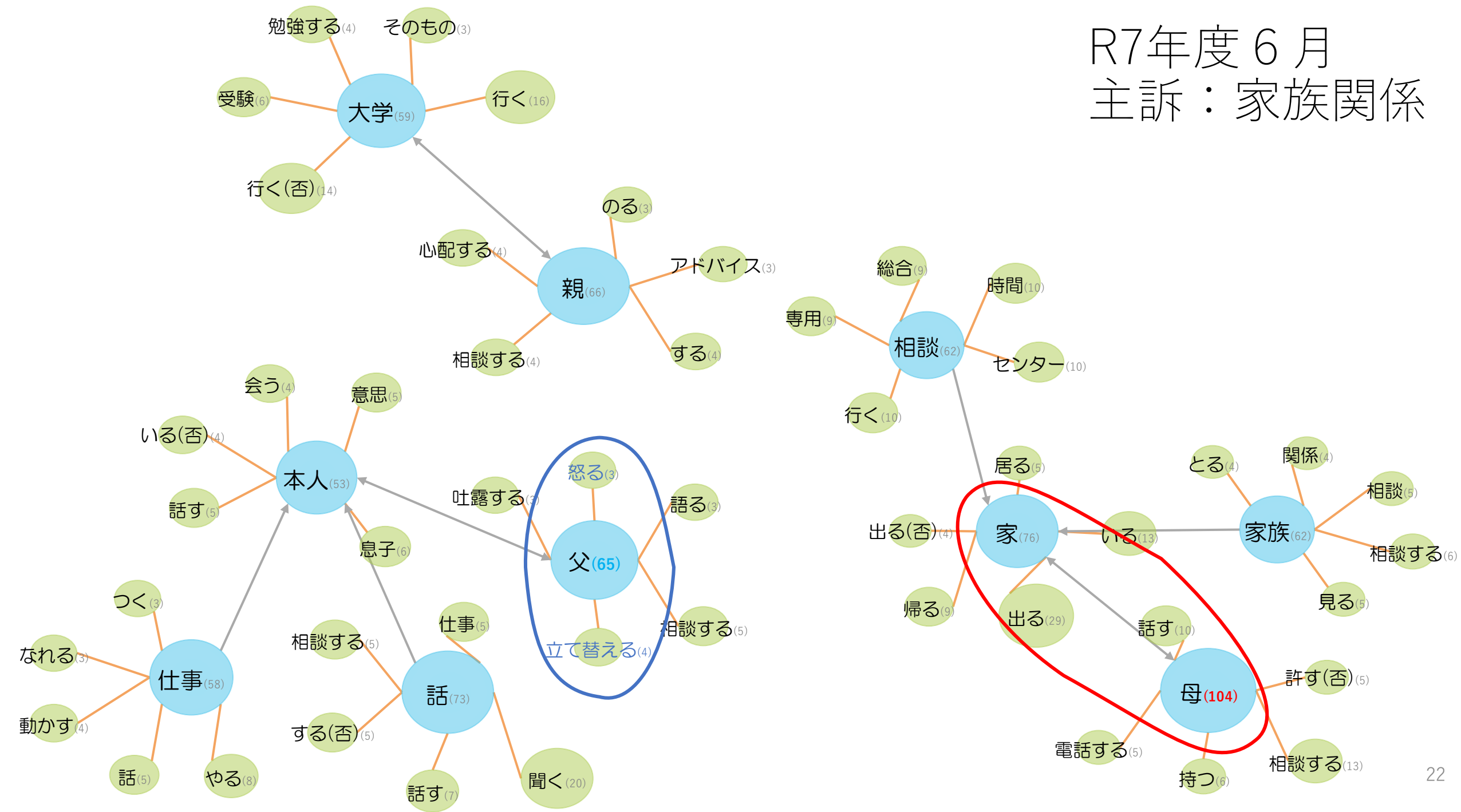
交流会の申し込み



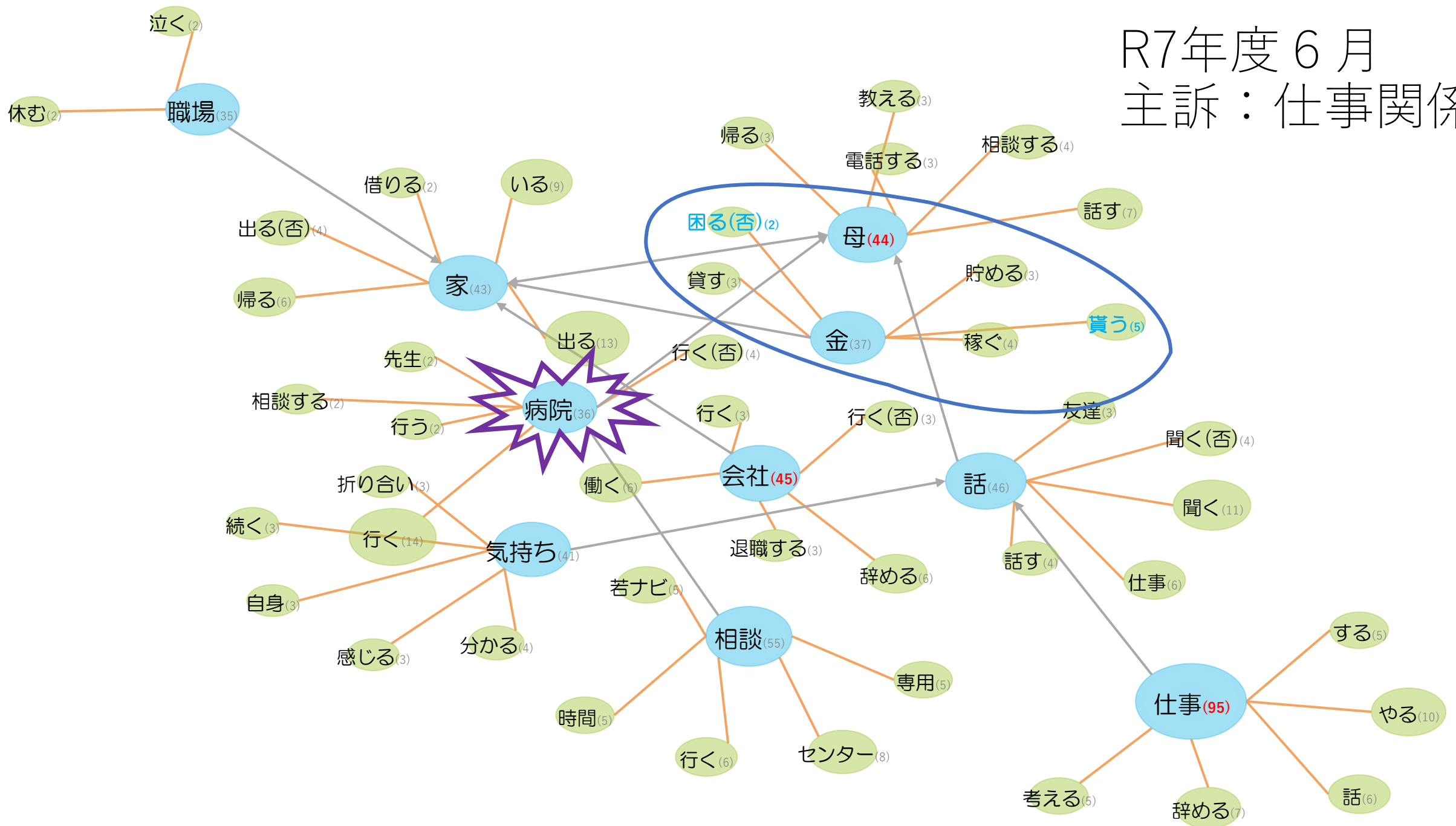
R7年度 6 月 見える化エンジン



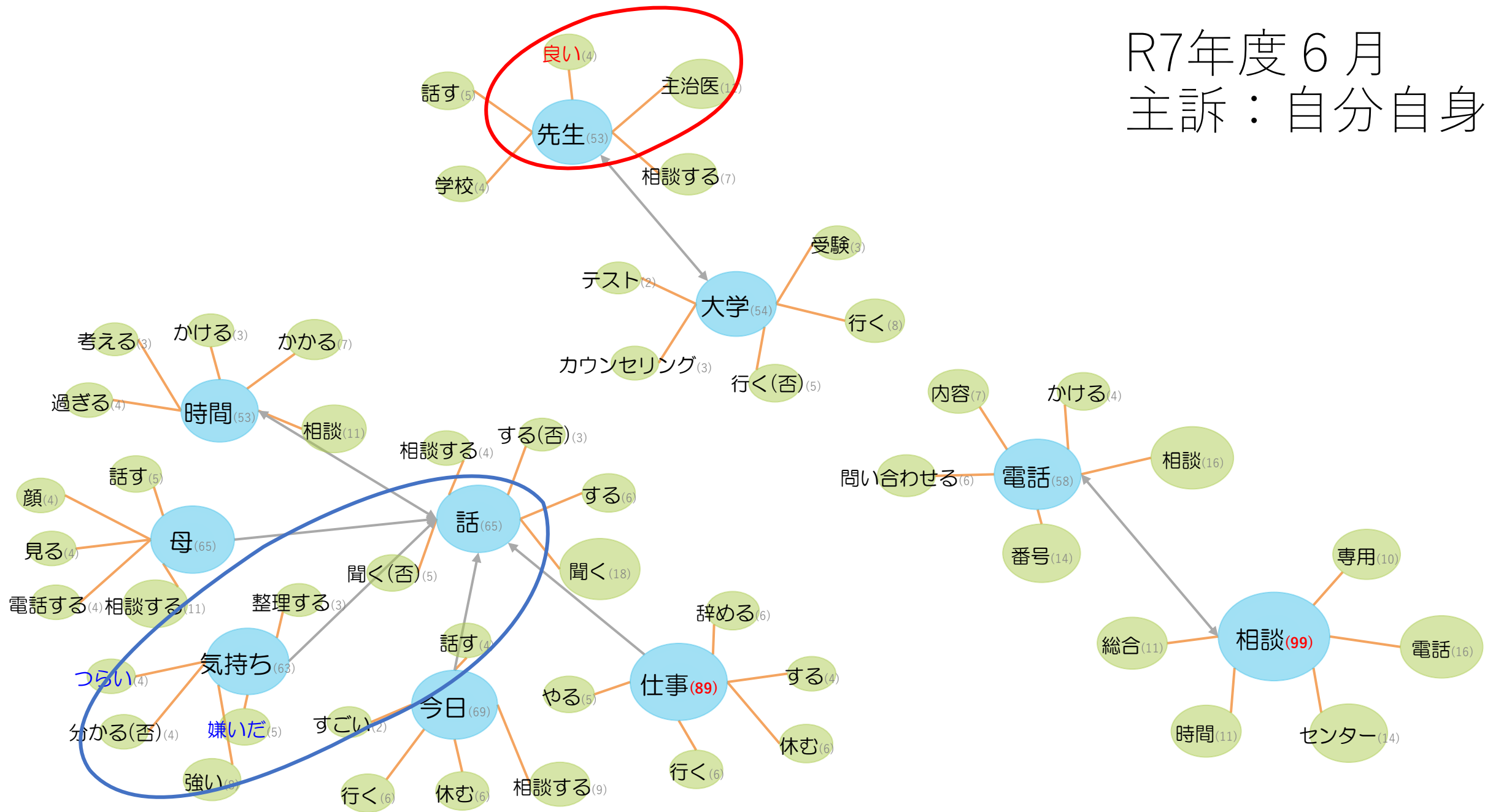
R7年度 6 月 主訴：家族関係



R7年度 6 月
主訴：仕事関係



R7年度 6 月
主訴：自分自身



R7年度 6 月 主訴：対人関係

