

ひとりで悩まないで

困った時の相談窓口



オンライン相談

子育てやさまざまな相談をお受けしています。不安や悩み等ございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。🖥️印の相談については、お持ちのパソコンやスマートフォンなどを用いたオンラインでの相談を受け付けています。

◎以下のURLからご申請ください。

○子どもと子育てで家庭の相談

▶ <https://logoform.jp/form/CxKB/364806>

○ひとり親家庭相談・女性相談・家庭相談

▶ <https://logoform.jp/form/CxKB/311396>



【子どもと子育てで家庭の相談】




【ひとり親家庭相談・女性相談・家庭相談】



● 子育てについての相談

子どもと子育てで家庭の総合相談 🖥️	子ども家庭支援センター 「きらら中央」 (3534) 2255 毎日 午前9時～午後5時 (祝日・年末年始は休み) P30参照 ※令和6年7月から連絡先が変更になります。
児童虐待情報専用電話「子どもほっとライン」	子ども家庭支援センター 「きらら中央」 (3534) 2228 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 P51参照 ※令和6年7月から連絡先が変更になります。
子ども電話相談 お子さんの教育で困ったときは	教育センター ・来所相談 (要予約) (3545) 9200 月曜日～土曜日 午前9時～午後5時 ・電話相談、子ども電話相談 (3545) 9203 月曜日～土曜日 午前9時～午後5時
こどもの発達相談 お子さんの発達が心配なときは	子ども発達支援センター ゆりのき 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 (3545) 9844 (要予約)
児童相談センター よいこに電話相談 18歳未満のお子さんに関するあらゆる相談 (子どもの養育・しつけ・発達など)	東京都児童相談センター 月曜日～金曜日 午前9時～午後9時 (3366) 4152 土・日曜日、祝日 午前9時～午後5時 (12月29日から1月3日を除く)
児童相談所全国共通ダイヤル	189
不登校・いじめ・進級など学校教育や家庭教育の相談	東京都教育相談センター ・電話相談 (3360) 8008 月曜日～金曜日 午前9時～午後9時 土・日曜日、祝日 午前9時～午後5時 (年末年始を除く) *東京都いじめ相談ホットライン 0120-53-8288 24時間対応
警視庁ヤング・テレホン・コーナー 子どもの非行・いじめなどについて	警視庁少年相談室 (24時間対応) (3580) 4970 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 (専門の担当者対応) 夜間、土・日曜日、祝日 (宿直の警察官対応)

● 健康・育児についての相談

ママのこころの相談	中央区保健所健康推進課 月1回(要予約) (3541) 5963
すくすく健康相談(乳幼児健康相談)	中央区保健所健康推進課 (3541) 5930 日本橋保健センター健康係 (要予約) (3661) 5071 月島保健センター健康係 (5560) 0765 晴海保健センター健康係 (6381) 2972
乳幼児アレルギー専門相談	日本橋保健センター健康係 (3661) 5071 月島保健センター健康係 (5560) 0765 晴海保健センター健康係 (6381) 2972 年6回(要予約) 午前9時～午前11時
栄養相談 食生活全般について	中央区保健所健康推進課 (3541) 4260 日本橋保健センター健康係 (要予約) (3661) 5071 月島保健センター健康係 (5560) 0765 晴海保健センター健康係 (6381) 2972
子どもの歯の健康相談	中央区保健所健康推進課 (3541) 5930 日本橋保健センター健康係 (要予約) (3661) 5071 月島保健センター健康係 (5560) 0765 晴海保健センター健康係 (6381) 2972
保育園入園相談	福祉保健部保育課保育入園係 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 (保育園入園 出張相談)日本橋・月島・晴海特別出張所・子ども家庭支援センター「きらら中央」・中央区保健所・日本橋保健センター 日程についてはHPを確認してください。 ※令和6年7月から「子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室」に名称変更 保育課保育入園係 (3546)5227・5387・9587
夜間休日の電話相談 「子供の健康相談室(小児救急相談)」	東京都「子供の健康相談室」 (5285) 8898 月曜日～金曜日 午後6時～翌朝8時 土・日曜日、休日、年末年始 午前8時～翌朝8時
TOKYO 子育て情報サービス 妊娠中の不安や子育てについての情報提供サービス 「子育てベビーガイド」 「子どもの事故防止・応急手当ガイド」	https://www.fukushi.metro.tokyo.jp/kodomo/kosodate/info_service/index.html  【TOKYO子育て情報サービス】

● その他の相談

ひとり親家庭相談・女性相談・家庭相談 	福祉保健部子育て支援課子育て支援係 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 (6278) 8403
「ブーケ21」女性相談	男女平等センター「ブーケ21」 ・面談・電話相談(要予約) (5543) 0653 託児付 毎月第1・5水曜日・第4火曜日 午前10時～午後4時 毎月第2火曜日・第3水曜日 午後3時30分～午後8時30分 ・電話相談(予約不要) (5543) 0653 月曜日 午前10時～午後4時 ※祝日・休日及び年末年始を除く
男性電話相談	男女平等センター「ブーケ21」 電話相談(予約不要) (3495) 7770 毎月第3水曜日 午後3時～午後8時
ふくしの総合相談 福祉の困りごと全般や生活困窮に関する相談	ふくしの総合相談窓口 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 (3546) 5303
区民相談	まごころステーション 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 (3546) 0561
法律相談	区民相談室 毎週金曜日 午後1時～午後4時 日本橋特別出張所 毎月第2・4水曜日 午後1時～午後4時 月島特別出張所 毎月第1・3月曜日 午後1時～午後4時 晴海特別出張所 毎月第3木曜日 午後1時～午後4時 相談日が祝日、休日に当たるときは別の日に振り替えます。 (3546) 9590 (要予約)
人権擁護相談 不当な差別やいじめなど人権の侵害を受けた人たちのために、法務大臣から委嘱された人権擁護委員が相談に応じます。	区民相談室 毎月第3木曜日 午後1時～午後4時 (3546)9590(予約不要) 法務省みんなの人権110番 月曜日～金曜日(休日及び年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分 0570-003-110 法務省インターネット人権相談 https://www.jinken.go.jp/ 
SIDS 電話相談 SIDS(乳幼児突然死症候群)などでお子さんを亡くされたご家族のために	東京都福祉局 毎週金曜日 午前10時～午後4時 (5320) 4388 (休日及び年末年始を除く)

民生・児童委員、主任児童委員

民生委員は厚生労働大臣から委託され、地域の身近な相談相手として、福祉に関するさまざまな相談に応じています。また、児童福祉法に基づく児童委員を兼ねており、一部の児童委員は児童や子育てに関する問題を専門的に担当する主任児童委員に指名されています。

民生・児童委員、主任児童委員は相談内容などについて秘密を守ることが義務付けられていますので安心してご相談ください。

委員の連絡先については、福祉保健部地域福祉課地域福祉推進係(☎3546-5393)までお問い合わせください。

■ 民生・児童委員、主任児童委員名簿(京橋地域)

(令和6年2月1日現在)

	担当区域	氏名
1	八重洲二丁目、京橋一～三丁目	福島 定雄
2	銀座一丁目2～11番、二～四丁目	東 美穂子
3	銀座一丁目12～28番	鈴木 雅之
4	銀座五～八丁目、浜離宮庭園	田島 啓子
5	新富一丁目	伊藤 正章
6	新富二丁目	鈴木 康介
7	入船一丁目、二丁目1番、5～10番	池田由美子
8	入船二丁目2～4番、三丁目、明石町1番	箱守 由記
9	湊一丁目	向當 光生
10	湊二丁目1～9番	大塚 之子
11	湊二丁目11～16番	鈴木 英子
12	湊三丁目1～8番	廣澤 廣
13	湊三丁目9～18番	鈴木 康子
14	明石町2～9番、12～14番	大谷のぶ子
15	築地一丁目1～6番、二丁目1～10番、三丁目1～5番	菅野 玲子
16	築地一丁目7～13番、二丁目11～15番、三丁目6～17番	伊東 洋子
17	築地四・五丁目	磯野 京子
18	築地六丁目1～19番	秋山真知子
19	築地六丁目20～27番	松原 育世
20	明石町10・11番、築地七丁目1～9番	雨宮 優子
21	築地七丁目10～17番	牛嶋 智春
22	築地七丁目18・19番	寺田 伸
23	八丁堀一丁目、二丁目1～19番	清水 学
24	八丁堀二丁目20～30番、三丁目18～28番、四丁目8～14番	久保 邦雄
25	八丁堀三丁目1～17番、四丁目1～7番	菊田佐智子
26	新川一丁目1・2番、3番1～10号、7番1～4号、8番、9番1～4号・10・14号、15～25番、29～31番	岩崎 滋
27	新川一丁目3番(1～10号を除く)、4～6番、7番(1～4号を除く)、9番(1～4号・10・14号を除く)、10・11番 新川二丁目1～8番、9番1～10号	松岡 正美
28	新川一丁目12～14番、26～28番、32番	高本真左子
29	新川二丁目9番11号、10・11番、18～22番、28～32番	松本 好江
30	新川二丁目12～17番、23～27番	阪口美佐子
31	主任児童委員(京橋地域全域)	藤丸 麻紀
32	主任児童委員(京橋地域全域)	徳堂 康彦

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

構成人員32人 (男11人・女21人)

■ 民生・児童委員、主任児童委員名簿（日本橋地域）

(令和6年2月1日現在)

Table with 2 columns: 担当区域 (Responsible Area) and 氏名 (Name). Lists 35 entries for the Nipponbashi area, including various street numbers and committee members like 田中 二郎, 富田 佳子, etc.

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

構成人員28人（男12人・女16人）

■ 民生・児童委員、主任児童委員名簿（月島地域）

(令和6年2月1日現在)

Table with 2 columns: 担当区域 (Responsible Area) and 氏名 (Name). Lists 9 entries for the Tsukiji area, including street numbers and committee members like 村上 久子, 長谷部千春, etc.

Table with 2 columns: 担当区域 (Responsible Area) and 氏名 (Name). Lists 57 entries for the Tsukiji area, including street numbers and committee members like 中川 恭子, 柳瀬 佳子, etc.

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

構成人員42人（男2人・女40人）

ひとりで悩まないで