

# 人権に関するお悩みがある方は1人で悩まず、まずはご相談を

## 対面での相談

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。

◎今年の街頭啓発活動は12月8日(金)午前11時15分から数寄屋橋公園で行います。

### 区の人権擁護相談

相談日時 毎月第3木曜日 午後1時～4時  
相談場所 区役所1階区民相談室  
☎まごころステーション(区民相談) ☎(3546)9590



## インターネットでの相談

大人はこちら

法務省インターネット人権相談 (パソコン、携帯電話、スマートフォン共通)



子どもはこちら

こどもの人権 SOS-eメール (パソコン、携帯電話、スマートフォン共通)



## AIチャットボットでの相談

AIチャットボット 「こころコンディショナー」(東京都) (パソコン、携帯電話、スマートフォン共通)



## 電話での相談

さまざまな人権問題についての相談

みんなの人権110番(法務省) ☎(0570)003110

受付時間 月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 (祝日・休日、年末年始を除く)

学校でのいじめ、虐待など子どもに関する相談

こどもの人権110番(法務省) ☎(0120)007110

受付時間 月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 (祝日・休日、年末年始を除く)

職場でのセクハラ、家庭内暴力など女性に関する相談

女性の人権ホットライン(法務省) ☎(0570)070810

受付時間 月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分 (祝日・休日、年末年始を除く)

## 東京都LINE相談

「生きるのがつらいと感じたら…」窓口

受付時間 午後3時～10時30分(年中無休)  
LINEアカウント名 LINEアット東京  
相談はとLINE@東京

利用方法

2次元コードを読み取るか、LINEアプリで「相談はとLINE @東京」を検索し、友だち登録してご利用ください。



性自認や性的指向に関する相談

Tokyo LGBT相談専門電話相談(東京都) ☎050(3647)1448

受付時間 火・金曜日の午後6時～10時 (祝日・休日、年末年始を除く)

外国人のための人権相談

外国人権利相談ダイヤル(法務省) ☎(0570)090911

受付時間 月～金曜日の午前9時～午後5時 (祝日・休日、年末年始を除く)

対応言語

英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、スペイン語、インドネシア語、タイ語

## 贈らない 求めない 受け取らない みんなですすめよう! 「三ない運動」

政治家や候補者の寄付やあいさつについて、次のような行為は公職選挙法で禁止されています。

- ・政治家や候補者が、選挙区内の人にお金や品物を寄付すること
  - ・有権者が政治家や候補者に対し寄付を出すように勧誘や要求をすること
  - ・後援団体が、選挙区内の人に花輪、香典、祝儀などを出すこと
  - ・政治家や後援団体が、新聞やテレビなどにあいさつを目的として有料の広告を出すこと
  - ・政治家や候補者が選挙区内の人に、年賀状などの時候のあいさつ状を出すこと(答礼のための自筆のものを除く)
- 寄付禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

☎明るい選挙推進協議会(選挙管理委員会事務局) ☎(3546)5542

## ノロウイルスの流行に 備えましょう!

ノロウイルスは感染力が非常に強いため、ごく少量(数個から100個程度)でも感染し、感染後1日から2日程度で、おう吐・下痢・腹痛・発熱などの症状が現れます。免疫力の弱い乳幼児や高齢者は、症状が出やすいため特に注意が必要です。

感染を予防するための注意点など、詳しくはHPをご確認ください。



区HP

☎中央区保健所生活衛生課食品衛生第二係 ☎(3546)5399  
中央区保健所健康推進課感染症対策担当 ☎(3541)5988

## MR(麻しん風しん混合) ワクチン接種

1回のワクチン接種では十分な免疫ができないことや、一度免疫ができて長期経過すると効果が低下することが分かっており、2回の接種を受けることが大切です。詳しくは、HPをご確認ください。

◎予診票がお手元にない方や、転入された方でMRの予防接種を受けていない方は、中央区保健所、日本橋・月島保健センターで手続きを行いますので、母子健康手帳を持参の上お越しください。

☎中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930



区HP

## 緊急の診療案内 土・日曜日、祝日・休日の診療

### 内科・小児科診療

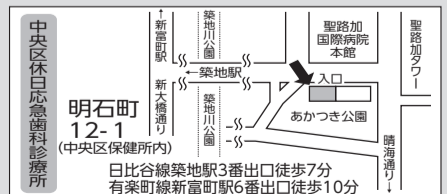
施設名	診療時間	土曜日			日曜日、祝日・休日および年末年始			担当
		午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急診療所 ☎(3533)3136		○	○	○	○	○	中央区医師会 ☎(3531)1048	
京橋休日応急診療所 ☎(3561)5171		-	○	-	○	○		
日本橋休日応急診療所 ☎(5640)2570		○	○	○	○	○		

### 歯科診療

施設名	診療時間	土曜日			日曜日、祝日・休日および年末年始			担当
		午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急歯科診療所 ☎(3541)5420		-	○	-	○	○	京橋歯科医師会 ☎(3538)2700	
日本橋休日応急歯科診療所 ☎(5640)5256		-	○	-	○	○	お江戸日本橋歯科医師会 ☎(3661)1565	

### 調剤薬局

施設名	診療時間	土曜日			日曜日、祝日・休日および年末年始			担当
		午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急薬局 ☎(3533)5170		○	○	○	○	○	京橋薬剤師会 ☎(3567)5386	
日本橋休日応急薬局 ☎(5640)9856		○	○	○	○	○	日本橋薬剤師会 ☎(3666)6554	

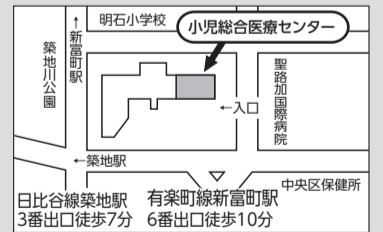


◎緊急の場合以外は、通常の診療時間内に各医療機関で診療を受けてください。定期的を受診することはできません。◎年末年始は、12月29日から1月3日までです。

●保険証と(乳)医療証(小学校就学前の方)、(子)医療証(小・中学校就学中の方)・(青)医療証(高校生など)を必ずお持ちください。

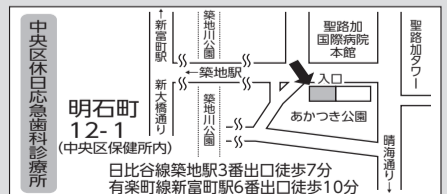
## 平日準夜間の小児科診療

対象 中学生まで(15歳以下)の急病患者  
診療日 月～金曜日(祝日・休日、年末年始を除く)  
受付時間 午後6時45分～9時45分(診療開始は午後7時～)  
場所 聖路加国際病院 小児総合医療センター 明石町10-1 ☎(5550)7040



## 毎日の診療案内(24時間)

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」☎(5272)0303  
東京消防庁救急相談センター ☎(3212)2323 (携帯電話・PHS・プッシュ回線からは#7119)



凡例

※費用の記載がないものは無料  
☎問い合わせ(申込)先 HP ホームページ @Eメールアドレス

◎切り取って活用ください。