

ひとりで悩まないで

困ったときの相談窓口



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。

○子どもと子育て家庭の総合相談

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



【子どもと子育て家庭の総合相談】

○ひとり親家庭相談・女性相談・家庭相談

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



【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

子どもと子育て家庭の総合相談 🖨️	子ども家庭支援センター 「きらら中央」 (3542) 6322 毎日 午前9時～午後5時 (祝日・年末年始は休み) P30参照
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」 (3542) 6328 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 P54参照
教育相談 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 日本橋保健センター健康係（要予約） 月島保健センター健康係 晴海保健センター健康係	(3541) 5930 (3661) 5071 (5560) 0765 (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 月島保健センター健康係 晴海保健センター健康係 年 6 回（要予約）午前 9 時～午前 11 時	(3661) 5071 (5560) 0765 (6381) 2972
栄養相談 食生活全般について	中央区保健所健康推進課 日本橋保健センター健康係（要予約） 月島保健センター健康係 晴海保健センター健康係	(3541) 4260 (3661) 5071 (5560) 0765 (6381) 2972
子どもの歯の健康相談	中央区保健所健康推進課 日本橋保健センター健康係（要予約） 月島保健センター健康係 晴海保健センター健康係	(3541) 5930 (3661) 5071 (5560) 0765 (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」勝どき分室・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。 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」 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	(5285) 8898
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】	

●健康・育児についての相談

ひとり親家庭相談・女性相談・家庭相談 	福祉保健部子ども子育て支援課 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 (6278) 8421
「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」 (3495) 7770 電話相談(予約不要) 毎月第1・3水曜日 午後3時～午後8時
SNS相談(チャット相談) 性別や年齢を問わず、誰でも気軽に文字で相談できます。	男女平等センター「ブーケ21」 毎週月曜日から土曜日 午後7時～午後9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	京橋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 月島ふくしの総合相談窓口(令和7年7月開設予定)
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)
中央区配偶者暴力相談支援センター 配偶者等からの暴力被害に関する相談	中央区配偶者暴力相談支援センター 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 (6264) 7412

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嘱され、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7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	欠員
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	須藤 尚子
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	高本眞左子
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31人（男10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7年2月1日現在）

	担 当 区 域	氏 名
1	本石町、室町一～四丁目、本町一・二丁目	田中 二郎
2	本町三・四丁目	富田 佳子
3	小舟町、小網町	井戸田幸子
4	小伝馬町	欠員
5	大伝馬町	欠員
6	堀留町一丁目	原 摂子
7	堀留町二丁目	欠員
8	富沢町	川端 利勝
9	人形町一丁目1～7番、17～19番、三丁目1～7番	津田 章
10	人形町一丁目8～16番、蛸殻町一丁目7～16番	種田 綾子
11	人形町二丁目1～3番、11～20番、32～36番	荒木 豊美
12	人形町二丁目4～10番、21～31番、37番、三丁目8～13番	石田 玲生
13	蛸殻町一丁目1～6番、17～28番	藤牧なおか
14	蛸殻町一丁目29～39番	欠員
15	蛸殻町二丁目	田口 和子
16	箱崎町1～18番、19番（24～38号を除く）、20番1～7号、21番	欠員
17	箱崎町19番24～38号、20番8～16号、22～44番	小笠原宣夫
18	馬喰町、横山町	欠員
19	東日本橋一丁目	小越 潤子
20	東日本橋二丁目	川口修一郎
21	東日本橋三丁目	五味まさみ
22	久松町、浜町一丁目	高野 大輔
23	浜町二丁目1～4番、19～23番、三丁目3番	田中 榮子
24	浜町二丁目5～18番、31～42番、60～62番	植田 朱美
25	浜町二丁目24～30番、43～59番、三丁目23番	福田 俊子
26	浜町三丁目1・2番、4～22番、26番4・12号、27番	横山 彦枝
27	浜町三丁目24・25番、26番5～11号、28～45番、中洲9・10・12番	高橋 勝彦
28	中洲1～4番	宮下 一雄
29	中洲5～8番、11番	伊藤みつ江
30	八重洲一丁目、日本橋一丁目1～3番、二丁目1～3番、三丁目1～4番	山崎 勇
31	日本橋一丁目4～21番、二丁目4～16番、三丁目5～15番	小村 眞理
32	茅場町一丁目、兜町	奈良阿久利
33	茅場町二・三丁目	本橋 慶子
34	主任児童委員（日本橋地域全域）	太田 明実
35	主任児童委員（日本橋地域全域）	北角 満

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

構成人員29人（男12人・女17人）

■ 民生・児童委員、主任児童委員名簿（月島地域）

（令和7年2月1日現在）

	担 当 区 域	氏 名
1	佃一丁目1～10番	村上 久子
2	佃一丁目11番	欠員
3	佃二丁目1番1号、2番8号	長谷部千春
4	佃二丁目1番2～4号、2番1～7号、9号	直江菜穂子
5	佃二丁目2番10・11号	欠員
6	佃二丁目3～5番、11～13番	福井 啓子
7	佃二丁目6～10番、15・16番	木元須美江
8	佃二丁目14番、17～22番	森山美枝子
9	佃三丁目	袖山千鶴子

	担 当 区 域	氏 名
10	月島一丁目1～14番（5番を除く）	中川 恭子
11	月島一丁目5番	柳瀬 佳子
12	月島一丁目15～21番、25～27番、二丁目16番	宮田 優美
13	月島一丁目22番（MID TOWER GRAND）	欠員
14	月島二丁目1～12番	磯田 晴美
15	月島二丁目13～15番、17～20番	薩埵 稔
16	月島三丁目1～12番	仲 愛弓
17	月島三丁目13～26番	大矢 智子
18	月島三丁目27～32番	濱中 悦子
19	月島四丁目1～5番	木皿儀孝子
20	月島四丁目6～14番、18番	阿部むつ子
21	月島四丁目15～17番、19～21番	脇山 明子
22	勝どき一丁目1・2番、13番	角山比佐子
23	勝どき一丁目3～7番	赤熊 弥生
24	勝どき一丁目8～12番、三丁目3～6番	檜崎小夜子
25	勝どき二丁目1～7番、15～18番	渡邊美希子
26	勝どき二丁目8～14番	飯 嶋 久枝
27	勝どき三丁目1・2番、7～16番	細貝 和世
28	勝どき四丁目1～4番、8～13番	仲佐 直子
29	勝どき四丁目6番1号（パークタワー勝どきサウス）	欠員
30	勝どき四丁目6番2号（パークタワー勝どきミッド）	欠員
31	勝どき五丁目1番、5～7番、8番10号	小原 昌子
32	勝どき五丁目2～4番（3番1号を除く）、9～12番	近藤 雄二
33	勝どき五丁目3番1号（勝どきザ・タワー1～26階）	宮下美代子
34	勝どき五丁目3番1号（勝どきザ・タワー27～53階）	欠員
35	勝どき五丁目8番（10号を除く）、13番	町村 米子
36	勝どき六丁目1・2番、3番1号（ザ・トーキョータワーズ シータワー）	中西 幸二
37	勝どき六丁目3番2号（ザ・トーキョータワーズ ミッドタワー）	石渡みゆき
38	勝どき六丁目5～7番、豊海町	早乙女道子
39	晴海一丁目1～5番、6番3～6号、7番1号	中島 静枝
40	晴海一丁目6番1・2号、8番7号	欠員
41	晴海一丁目7番2号、8番5号	守屋 ゆか
42	晴海二丁目3番2号（ザ・パークハウス 晴海タワーズティアロレジデンス）	欠員
43	晴海二丁目3番30号（ザ・パークハウス 晴海タワーズスクロレジデンス）	欠員
44	晴海二丁目2番42号（パークタワー 晴海）	欠員
45	晴海二丁目5番16号	佐野 美恵
46	晴海三丁目（13番1・2号、16番1号を除く）	原 マツ子
47	晴海三丁目13番1号（DEUX TOURS EAST棟）	上野 双葉
48	晴海三丁目13番2号（DEUX TOURS WEST棟）	井上富士子
49	晴海三丁目16番1号（ベイサイドタワー晴海）	伊藤 志帆
50	晴海四・五丁目1番	矢田美枝子
51	晴海五丁目3番	欠員
52	晴海五丁目4番	欠員
53	晴海五丁目5番	林 照恵
54	晴海五丁目6番	欠員
55	主任児童委員（月島地域全域）	関屋 衣江
56	主任児童委員（月島地域全域）	濱川 浩子
57	主任児童委員（月島地域全域）	萩原 裕子

任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日

構成人員44人（男3人・女41人）