

女性向け相談窓口リーフレットについて

目的

新型コロナウイルス感染症の感染拡大による影響は、都民生活のあらゆる面に拡大しており、令和2年の東京都の自殺者数は、前年と比較し増加、とりわけ女性の自殺者数の増加が顕著であり、今後も自殺リスクの高まりが懸念されている。

➡ 女性に対して、適切な支援ができるよう、相談機関の案内等必要な支援情報を掲載したリーフレットを作成する。

内容（案）

相談窓口一覧リーフレットをアレンジし、区市町村、東京ウィメンズプラザ、東京都女性相談センター、子供家庭支援センター等に配布する。

<掲載窓口予定>

1. 健康相談、妊娠・産後・育児相談
2. パートナーからの暴力、性犯罪
3. 自殺等に関する相談窓口
4. その他相談窓口の案内（ホームページへ案内）

<参考>

こころといのちの相談・支援 東京ネットワーク 相談窓口一覧
(令和3年3月発行)

相談窓口 | 電話番号 | 受付時間等

パートナーからの暴力、夫婦・親子の悩みなど

東京ウィメンズプラザ	03-5467-2855	9時～21時(月～日) ※12/29～1/3は休み
男性のための悩み相談	03-3400-5313	17時～21時(月、水、金) 14時～17時(土) ※祝、12/29～1/3は休み
東京都女性相談センター	03-5261-3110	9時～20時(月～日) ※土日祝、12/29～1/3は休み ※電話予約の受付時間 09:00～18:00
多摩区庁	042-522-4232	9時～16時(月～日) ※土日祝、12/29～1/3は休み

就職について

東京しごとセンター	03-5211-1571	9時～21時(月～日) ※12/29～1/3は休み ※12/29～1/3は休み
東京しごとセンター多摩	042-329-4510	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み ※12/29～1/3は休み

別冊情報について

東京都あさひ110番	0579-004110	9時～21時(月～日) 9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み ※12/29～1/3は休み
東京都労働相談センター(多摩区) 14区(目黒区、中野区、世田谷区、渋谷区、目黒区、世田谷区、目黒区)	03-3265-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み
多摩区労働相談センター(多摩区) 14区(目黒区、中野区、世田谷区、渋谷区、目黒区、世田谷区、目黒区)	03-3495-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み
多摩区労働相談センター(多摩区) 14区(目黒区、中野区、世田谷区、渋谷区、目黒区、世田谷区、目黒区)	03-5954-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み
多摩区労働相談センター(多摩区) 14区(目黒区、中野区、世田谷区、渋谷区、目黒区、世田谷区、目黒区)	03-3637-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み
多摩区労働相談センター(多摩区) 14区(目黒区、中野区、世田谷区、渋谷区、目黒区、世田谷区、目黒区)	042-321-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み
八王子労働相談センター(多摩区) 14区(目黒区、中野区、世田谷区、渋谷区、目黒区、世田谷区、目黒区)	042-545-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み

ひとり親家庭の相談

東京都ひとり親家庭支援センター(多摩区)	03-3265-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み
東京都ひとり親家庭支援センター(多摩区)	03-3265-6110	9時～17時(月～日) ※12/29～1/3は休み

高齢者やご家族の心配事、悩みごとなど

高齢者支援センター(多摩区)	03-5944-8640	19時～22時(年中無休)
----------------	--------------	---------------

人権に関する相談

東京都人権プラザ	03-6722-0124	9時～17時(月～日) 1～4階(多摩区)
～Tokyo LGBT 相談～	03-3812-3727	10時～22時(月、水、金) ※祝、12/29～1/3は休み

保護・児童に関する相談、問合せ

東京都児童相談センター	03-5272-0300	9時～21時(月～日) ※12/29～1/3は休み ※12/29～1/3は休み
-------------	--------------	---

生活安全・犯罪被害

東京都警察本部ネットワーク	03-3597-7930	9時～17時15分(月～日) ※土日祝、12/29～1/3は休み
犯罪被害者支援センター	0120-081034	24時間(年中無休)
犯罪被害者支援センター	03-5607-0799	24時間(年中無休)
犯罪被害者支援センター	03-3501-0110	24時間(年中無休)

どこへ相談して良いかわからない

多摩区ネットワーク	0120-379-338	24時間(年中無休)
多摩区ネットワーク	0120-379-338	24時間(年中無休)

東京都福祉保健局

TEL 03-5320-4310

東京都福祉保健局

こころといのちの相談・支援 東京ネットワーク

相談窓口一覧

～ひとりで悩まないで
もっとあなたの声を聴かせて下さい～

あなたの悩みを聞かせてください。

東京都福祉保健局

こころといのちのほっとライン

0570-087478

14:00～翌朝 5:30 / 年中無休

※相談は無料です。
※相談料がかかります。

LINEでも相談できます！

【アカウント名】
相談はつとLINE@東京
15時～22時(受付は21時30分まで)

各窓口について、相談受付の停止・封鎖変更等している場合があります。
詳しくは各窓口のホームページをご覧ください。

いのち
支える

東京都福祉保健局