

福祉保健局で実施する相談窓口一覧

(2020年5月1日現在)

	相談窓口名称	相談内容（こんなことでお困りの場合）	対応時間等（GW中の対応含む）	備考
1	新型コロナコールセンター	<p>【相談内容】 ・感染の予防に関することや、心配な症状が出た時の対応など、新型コロナウイルス感染症に関する相談</p> <p>【相談例】 ・微熱や軽い咳が出ている ・感染したかもしれないと不安</p>	<p>【相談窓口・電話】 ・電話0570-550571</p> <p>【対応時間帯】 ・9:00～22:00（土・日・祝日を含む）</p>	英語・中国語・韓国語での相談にも対応
2	新型コロナ受診相談窓口（帰国者・接触者電話相談センター）	<p>【相談内容】 以下の症状があり、新型コロナウイルス感染症を疑われる方からの相談 ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。 ※高齢者や基礎疾患等のある方、妊婦の方は、上の状態が2日程度続く場合 ・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。</p>	<p>【相談窓口・電話・対応時間帯】 ・都・特別区・八王子市・町田市合同電話相談センター 電話03-5320-4592 平日 17:00～翌9:00 土・日・祝日 終日</p> <p>※平日日中は最寄りの保健所の相談センターにご連絡ください。 ※一部の保健所の相談センターは5月4日～6日の日中も対応しています。</p>	
3	新型コロナの入院・宿泊療養時のペットに関する相談専用ダイヤル	<p>【相談内容】 新型コロナウイルス感染症による入院・宿泊療養に当たって、知人やペットホテルなど預け先がなく困っている。</p>	<p>【相談窓口・電話】 ・電話03-5320-4392</p> <p>【対応時間帯】 ・平日 10:00～16:00 ・5月2日～6日 10:00～16:00</p>	

福祉保健局で実施する相談窓口一覧

(2020年5月1日現在)

相談窓口名称	相談内容（こんなことでお困りの場合）	対応時間等（GW中の対応含む）	備考
4	<p>失業等に伴う住居喪失者への一時住宅等の提供</p> <p>【相談内容】 ・新型コロナウイルスの影響による失業等に伴い住居を失った方に一時住宅等を提供</p> <p>【相談例】 ・新型コロナウイルスの影響による失業等に伴い住居等で困っている</p>	<p>●TOKYOチャレンジネット</p> <p>【相談窓口・電話】 ・電話0120-874-225 ・女性専用フリーダイヤル0120-874-505</p> <p>【対応時間帯】 ・月・水・金・土 10:00～17:00 ・火・木 10:00～20:00 ※日・祝日は閉所 ただし、5月4日は10:00～17:00で開所</p> <p>●福祉事務所、自立相談支援機関 ・窓口の開所時間等は各福祉事務所等にご確認ください。</p>	<p>「TOKYOチャレンジネット」 https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/seikatsu/teisyotokusyataisaku/tokyochallenge.html</p>
5	<p>新型コロナウイルス感染症の影響を受けた休業や失業等による緊急小口資金、総合支援資金（特例貸付）</p> <p>【相談内容】 ・新型コロナ感染症の影響を受け、休業や失業等により生活資金でお悩みの方々に向けた、緊急小口資金等の特例貸付を実施</p> <p>【相談例】 ・新型コロナ感染症の影響を受け、休業や失業等により生活資金が心配</p>	<p>・区市町村社会福祉協議会 窓口での申込みのほか、郵送による申込みを受け付けているところもあります。</p> <p>・上記のほか、労働金庫連合会「緊急小口資金受付担当」でも郵送のみ受付（ただし、失業された方、未成年の方は、必ず居住地の社会福祉協議会にお申込みください。）</p>	<p>「新型コロナウイルス感染症の影響を受けた休業や失業等による緊急小口資金、総合支援資金（特例貸付）」 https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/smph/seikatsu/koronatokurei.html</p>
6	<p>子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京</p> <p>【相談内容】 ・LINEによる相談窓口 ・親子のことや育児に関する悩み、困りごと</p> <p>【相談例】 ・親からいつも怒られる ・育児が大変だ、イライラする</p>	<p>【相談窓口・電話】 ・LINE公式アカウント「子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京」</p> <p>【対応時間帯】 ・平日 9:00～23:00（受付22:30まで） ・土日・祝日 9:00～17:00</p>	<p>「子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京」 https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/katei/linesoudan.html</p>
7	<p>東京子供ネット電話相談</p> <p>【相談内容】 ・いじめ・体罰などの相談</p> <p>【相談例】 ・学校でいじめられている ・親から叩かれる</p>	<p>【相談窓口・電話】 ・電話0120-874-374</p> <p>【対応時間帯】 ・平日 9:00～21:00 ・土日・祝日 9:00～17:00</p>	

福祉保健局で実施する相談窓口一覧

(2020年5月1日現在)

	相談窓口名称	相談内容（こんなことでお困りの場合）	対応時間等（GW中の対応含む）	備考
8	4152（よいこに） 電話相談	<p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・18歳未満のお子さんに関するあらゆる相談を受け付けています。 ・親からの相談も子供からの相談も受け付けています。 <p>【相談例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「言葉が遅い」「落ち着きがない」「育児が大変、疲れた」「イライラして子供を叩いてしまった」など、親からの相談に応じます。 ・「友達とうまく遊べない」など、子供からの相談に応じます。 	<p>【相談窓口・電話】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・児童相談センター よいこに電話相談 電話03-3366-4152 ・聴覚言語障害者相談FAX FAX03-3366-6036 <p>【対応時間帯】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平日 9:00～21:00 ・土日・祝日 9:00～17:00 	
9	児童相談所虐待対応ダイヤル「189」（いちはやく）等の相談	<p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「虐待かも」と思った時や子育てに悩んだ時等に通告・相談に応じています。 <p>【相談例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「虐待をうけているかもしれない子供がいる」「近くに子育てに悩んでいる人がいる」等があったらためらわずにご相談ください。 ・「子育てがつかなくて、つい子供にあたってしまう」等があったらためらわずにご相談ください。 ・お父さん、お母さんやほかのかぞくから「たたかれたり、けられたりする」「ごはんをたべさせてもらえない」「ふくでかくれるところをさわられたりする」などがあったら、いつでもそうだんしてください。 	<p>【相談窓口・電話・対応時間帯】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・児童相談所虐待対応ダイヤル（虐待対応） 電話189（通話料無料） 年中無休 24時間 ・児童相談所相談専用ダイヤル（虐待以外の相談） 電話0570-783-189（通話料がかかります） 年中無休 24時間 ・夜間休日緊急連絡ダイヤル（児童相談所に相談中の方向け） 電話03-5937-2330 平日 17:45～ 土日・祝日 終日 	

福祉保健局で実施する相談窓口一覧

(2020年5月1日現在)

	相談窓口名称	相談内容（こんなことでお困りの場合）	対応時間等（GW中の対応含む）	備考
10	各区市町村子供家庭支援センター	<p>【相談内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・18歳未満のお子さんや子育て家庭のあらゆる相談に応じています。 ・親からの相談も子供からの相談も受け付けています。 <p>【相談例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お父さん、お母さんやほかのかぞくから「たたかれたり、けられたりする」「ごはんをたべさせてもらえない」「ふくでかくれるところをさわられたりする」などがあつたら、いつでもそうだんしてください。 ・「子供のこんなところが気になる」「家族関係が原因で子育てが上手くいかない」「どこに聞けばいいかわからない」「どうしていいかわからない」など、子供や家庭に関するあらゆる相談に対応します。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴールデンウィーク中の相談については、各区市町村のホームページをご確認ください。 <p>※相談業務を受け付けていない場合には児童相談所虐待対応ダイヤル（電話番号189）等にご相談ください。</p>	
11	「子供の健康相談室」 (小児救急相談) #8000	<p>【相談内容】</p> <p>子供の健康や救急に関する相談</p> <p>【相談例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・夜中に子供が急に熱を出した ・子供の睡眠時間が定まらない ・子供の生活リズムが乱れて困っている 	<p>【相談窓口・電話】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・電話03-5285-8898 又は#8000 <p>【対応時間帯】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平日 18:00～翌朝8:00 ・土日・祝日 8:00～翌朝8:00 	
12	妊娠相談ほっとライン	<p>【相談内容】</p> <p>妊娠・出産に関する様々な悩みに対する相談</p> <p>【相談例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・思いがけない妊娠、予定外の妊娠にとまどっている ・妊娠したかもしれないと不安 ・妊娠中の体調のことで悩んでいる 	<p>【相談窓口・電話】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・電話03-5339-1133 <p>【対応時間帯】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・月～日（祝日を含む） 10:00～22:00 	<p>メール相談も実施（ホームページから随時受付）</p> <p>https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/sodan/ninshin-hotline.html</p>
13	女性のための健康ホットライン	<p>【相談内容】</p> <p>女性の心身の健康に関する相談や不妊不育に関する相談</p> <p>【相談例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生理不順で悩んでいる ・更年期障害による体調の不安 	<p>【相談窓口・電話】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・電話03-5339-1155 <p>【対応時間帯】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・月～金（祝日を含む） 10:00～16:00 	<p>メール相談も実施（ホームページから随時受付）</p> <p>https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/sodan/w_soudan.html</p>

福祉保健局で実施する相談窓口一覧

(2020年5月1日現在)

	相談窓口名称	相談内容（こんなことでお困りの場合）	対応時間等（GW中の対応含む）	備考
14	東京都ひとり親家庭支援センター（はあと）	【相談内容】 ・生活相談 【相談例】 ・ひとり親ならではの暮らしの悩み、子育ての不安など	【相談窓口・電話】 ・電話03-5261-8687 【対応時間帯】 ・月・水 9:00～19:30 ・火・木・金・土・日・祝日 9:00～16:30	ホームページから専用フォームによりメール相談も可 http://www.haat.or.jp/
15		【相談内容】 ・養育費相談 ・離婚前後の法律相談 【相談例】 ・養育費の取り決めなど ・親権、婚姻費用、慰謝料、財産分与など	【相談窓口・電話】 ・電話03-5261-1278 【対応時間帯】 9:00～16:30	ホームページから専用フォームによりメール相談も可 http://www.haat.or.jp/
16	東京都ひとり親家庭支援センター（はあと飯田橋）	【相談内容】 ・就業相談 【相談例】 ・仕事探しの相談など	【相談窓口・電話】 ・電話03-3263-3451 【対応時間帯】 ・火・木 9:00～19:30 ・月・水・金・土・日・祝日 9:00～16:30	
17	東京都女性相談センター	【相談内容】 ・DVの悩みなど、女性からの様々な相談、緊急の保護や自立のために支援が必要な女性の相談を受けます。 【相談例】 ・女性からの生活全般に係る悩み事 ・DVや様々な人間関係、生活、健康等	【相談窓口・電話・対応時間】 ・東京都女性相談センター 電話03-5261-3110 月～金（祝日を除く） 9:00～20:00 ・東京都女性相談センター多摩支所 電話042-522-4232 月～金（祝日を除く） 9:00～16:00 ・夜間休日の緊急の場合 電話03-5261-3911	

福祉保健局で実施する相談窓口一覧

(2020年5月1日現在)

	相談窓口名称	相談内容（こんなことでお困りの場合）	対応時間等（GW中の対応含む）	備考
18	こころの電話相談	【相談内容】 ・こころの健康に関すること 【相談例】 ・不安で仕方がない ・誰かに話を聞いてほしい 等	【相談窓口・電話】 ・中部総合精神保健福祉センター 電話03-3302-7711 ・多摩総合精神保健福祉センター 電話042-371-5560 ・精神保健福祉センター 電話03-3844-2212 【対応時間帯】 ・平日 9:00～17:00	・5月4日～6日については、「新型コロナウイルス感染症に係るメンタル不調の臨時相談（こころの電話相談）」で対応
19	新型コロナウイルス感染症に係るメンタル不調の臨時相談（こころの電話相談）	【相談内容】 ・こころの健康に関すること 【相談例】 ・不安で仕方がない ・誰かに話を聞いてほしい 等	【相談窓口・電話】 ・電話03-5320-4227 【対応時間帯】 ・5月4日～6日 12:00～17:00	・5月4日～6日のみ対応
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～	【相談内容】 ・生きるのがつらいと感じた時の悩み相談 【相談例】 ・生きるのがつらい	【相談窓口・電話】 ・電話0570-087478 【対応時間帯】 ・土・日・祝日を含む毎日 14:00～翌朝5:30	
21	SNS自殺相談～相談ほっとLINE@東京～	【相談内容】 ・生きるのがつらいと感じた時の悩み相談 【相談例】 ・生きるのがつらい	【相談窓口・電話】 ・相談ほっとLINE@東京 【対応時間帯】 ・土・日・祝日を含む毎日 17:00～21:30	