

あきる野市

あきる野市健康福祉部健康課健康づくり係
あきる野市健康福祉部生活福祉課
あきる野市健康福祉部障がい者支援課
あきる野市障がい者相談支援センター
あきる野市障がい者就労・生活支援センター「あすく」

身近な相談窓口

※年末年始の相談については各施設にご確認ください。

【こころといのちの相談、健康相談（保健・栄養）】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
あきる野市役所 健康福祉部健康課健康づくり係	あきる野市二宮 350 042-558-1183	8時30分～17時15分 (月～金) ※土日祝は休み

【生活の援助（生活保護、生活困窮など）】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
あきる野市役所 健康福祉部生活福祉課	あきる野市二宮 350 042-558-1927	8時30分～17時15分 (月～金) ※土日祝は休み

【障がいに関すること】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
あきる野市役所 健康福祉部障がい者支援課 (障害福祉サービスの利用相談など)	あきる野市二宮 350 042-558-1157	8時30分～17時15分 (月～金) ※土日祝は休み
あきる野市障がい者相談支援センター (障がい者の日常的な困りごとや悩みごとに関する相談支援)	あきる野市二宮 670-5 042-559-0368	9時～17時15分 (月～土) ※日祝は休み
障がい者就労・生活支援センター 「あすく」 (障がい者の就労に関する相談支援)	あきる野市秋川 1-7-6 リヴェール麗 2階 042-532-1793	9時～17時 (月～土) ※日祝は休み

【高齢者に関すること】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
あきる野市役所 健康福祉部高齢者支援課 (介護保険・介護予防に関すること)	あきる野市二宮 350 042-558-1953	8時30分～17時15分 (月～金) ※土日祝は休み
あきる野市はつらつセンター (地域包括支援センター) ◆東部高齢者はつらつセンター (東秋留地区にお住まいの方) ◆中部高齢者はつらつセンター (多西地区、西秋留地区にお住まいの方) ◆五日市はつらつセンター (五日市地区にお住まいの方)	◆あきる野市秋留 1-1-10 あきる野クリニック タウンA号1階 042-559-1320 ◆あきる野市秋川 5-18 あきる野在宅医療福祉 センター2階 042-550-6101 ◆あきる野市五日市 411 五日市出張所1階 042-569-8108	8時30分～17時15分 (月～金) ※土日祝は休み

【子育て及び家庭に関すること】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
あきる野市役所 健康福祉部健康課母子保健係 ◆乳幼児の健康、育児全般の相談	あきる野市二宮 350 042-558-5091	8時30分～17時15分 (月～金) ※土日祝は休み
◆母子手帳交付、妊娠に関すること	あきる野市秋川 1-8 あきる野ルピア 2階 042-550-3340	
あきる野市役所 子ども家庭部子ども家庭支援センター 相談係 ◆18歳未満の子どもとその家庭に 関する相談、母子・父子自立支 援、母子・父子・女性に関する相 談 ◆子育て支援総合窓口 (幼稚園や保育所、教育保育施設、 学童クラブ、一時預かりなど)	あきる野市秋川 1-8 あきる野ルピア 2階 042-550-3313 あきる野市秋川 1-8 あきる野ルピア 2階 042-550-3355	10時～18時30分 (月～土) ※第2水曜日、日祝は休み (子ども家庭支援センター は、電話受付のみ8時30分 から)

【児童・生徒に関すること】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
教育相談所 (不登校やいじめ 発達や進級・ 進路について、小・中学校生活に 関する悩み 心配事) ◆秋川教育相談所	◆あきる野市二宮 350 市役所別館 2階 042-558-6444	9時～12時、13時～17時 (月～金) ※土日祝は休み
◆五日市教育相談所	◆あきる野市五日市 411 五日市出張所 2階 042-596-6460	

【就業、経営に関すること】

相談窓口	電話番号	受付時間など
あきる野商工会 経営相談	042-559-4511	8時30分～17時 ※土日祝は休み
	◆五日市支所 042-596-2511	9時30分～17時 ※土日祝は休み

「こころといのちの相談・支援 東京ネットワーク」相談窓口

【生きていくのがつらい…、家族や友人が心配…なとき】

相談窓口	電話番号	受付時間など
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～ (東京都福祉保健局)	0570-087478 (ナビダイヤル)	14時～翌朝5時30分 (年中無休)
東京いのちの電話 (社会福祉法人いのちの電話)	03-3264-4343	24時間 (年中無休)
	0120-783-556 (フリーダイヤル)	毎月10日 午前8時～24時間
東京多摩いのちの電話 (NPO法人東京多摩いのちの電話)	042-327-4343	10時～21時 (年中無休) 毎月第3(金)10時～(日)21時
東京自殺防止センター (認定NPO国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター)	03-5286-9090	20時～翌朝5時30分 (年中無休) 17時～翌朝2時30分 (火) 20時～翌朝2時30分 (木)
相談ほっとLINE@東京 (東京都福祉保健局) LINEの「公式アカウント」から「相談ほっとLINE@東京」で検索して登録		17時～22時 (受付は21時30分まで)

【大切な人が突然亡くなった…とき】

相談窓口	電話番号	受付時間など
自死遺族相談ダイヤル (NPO法人全国自死遺族総合支援 センター)	03-3261-4350	11時～19時 (木)
自死遺族傾聴電話 (NPO法人グリーンケア・サポート プラザ)	03-3796-5453	10時～18時 (火、木、土)


【こころの不安や悩みなど (精神保健福祉相談)】

相談窓口	住所・電話番号	受付時間など
東京都西多摩保健所 (青梅市、福生市、羽村市、あきる野市、 瑞穂町、日の出町、檜原村、奥多摩町)	0428-22-6141 青梅市東青梅 1-167-15	9時～17時 (月～金) ※土日祝は休み
東京都立多摩総合精神保健福祉 センター こころの電話相談	042-371-5560	9時～17時 (月～金) ※土日祝は休み
東京都夜間こころの電話相談	03-5155-5028	17時～21時30分 (年中無休)

【多重債務・消費生活・法律問題など】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京都産業労働局 金融部貸金業対策課	03 - 5320 - 4775	9時～12時、13時～17時 (月～金) ※土日祝は休み
東京都生活再生相談窓口 (多重債務者生活再生事業)	03 - 5227 - 7266	9時30分～18時 (月～金) ※土日祝は休み
東京都消費生活総合センター ◆消費生活相談 ◆架空請求110番 ◆高齢者被害110番	◆03-3235-1155 ◆03-3235-2400 ◆03-3235-3366	9時～17時 (月～土) ※日祝は休み
TOKYOチャレンジネット (住まいを失った方への生活支援)	0120 - 874 - 225 (フリーダイヤル) 0120 - 874 - 505 (女性専用フリー ダイヤル) 03 - 5155 - 9501	10時～17時 (月、水、金、土) 10時～20時 (火、木) ※日祝は休み ◆フリーダイヤルで来所相談 予約
日本司法支援センター (法テラス) 法テラスサポートダイヤル ◆法的トラブル ◆犯罪被害支援 ◆法テラス多摩 (立川)	◆0570 - 078374 (ナビダイヤル) ◆0570 - 079714 (ナビダイヤル) ◆0570 - 078305	9時～21時 (月～金) 9時～17時 (土) ※日祝は休み 9時～17時 (月～金) ※土日祝は休み

【子供の教育、インターネットやスマホのトラブル、いじめ、虐待などの相談】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京都教育相談センター ◆一般相談 ◆東京都いじめ相談ホットライン	0120-53-8288 (フリーダイヤル)	24時間 (年中無休)
考えよう！いじめ・SNS @Tokyo (東京都教育委員会)	考えよう いじめ SNS 	
こたエール (東京都都民安全推進本部) (インターネットやスマホのトラブル)	0120-1-78302	15時～21時 (月～土) ※日祝は休み
東京都立川児童相談所 (立川市、青梅市、昭島市、国立市、 福生市、羽村市、あきる野市、西多摩郡)	042-523-1321	◆9時～17時 (月～金) それ以外の時間帯については 児童相談所全国共通ダイヤル 189 に対応 ◆関係機関の方や、現在都内の 児童相談所にご相談中の方で 緊急の場合は緊急連絡に対応 03-5937-2330 17時45分～ (平日夜間以降) 土日祝 (年末年始を含む) ◆来所相談は、事前予約が望ま しい。(予約なしでも可)
東京都児童相談センター ◆よいこに電話相談室 (18歳未満の子供に関するあらゆる相談) ◆東京子供ネット (子供の権利擁護専門相談事業)	◆03-3366-4152 ◆0120-874-374 (フリーダイヤル)	9時～21時 (月～金) 9時～17時 (土日祝)
東京都立小児総合医療センター こころの電話相談室 (3歳から18歳までの情緒や行動、 こころの発達について)	042-312-8119	9時30分～11時30分、 13時～16時30分 (月～木) ※金土日祝は休み
東京都ひきこもりサポートネット	0120-529-528	10時～17時 (月～金) ※土日祝は休み
ヤング・テレホン・コーナー (警視庁少年相談室)	03-3580-4970	24時間 (年中無休)
東京都若者総合相談センター 「若ナビα」	03-3267-0808	11時～20時 (月～土) ※日は休み
チャイルドライン (18歳以下が対象) ◆電話相談 ◆チャット相談	◆0120-99-7777 (フリーダイヤル) ◆ https://childline.or.jp/	◆16時～21時 (通年) ◆16時～21時 (木・金)

【パートナーからの暴力、夫婦・親子の悩みなど】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京ウィメンズプラザ	03 - 5467 - 2455	9時～21時（通年）
◆男性のための悩み相談	◆03-3400-5313	17時～20時（月、水） ※祝は休み
東京都女性相談センター	03 - 5261 - 3110	9時～20時（月～金） ※土日祝は休み ※夜間休日の緊急の場合 03-5261-3911
◆多摩支所	◆042-522-4232	9時～16時（月～金） ※土日祝は休み

【就職について】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京しごとセンター 総合相談窓口	03 - 5211 - 1571	9時～20時（月～金） 9時～17時（土） ※日祝は休み
東京しごとセンター多摩 総合案内	042 - 329 - 4510	

【労働問題について】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京都ろうどう 110 番	0570 - 00 - 6110 (ナビダイヤル)	9時～20時（月～金） 9時～17時（土） ※日祝は休み ※土については、祝日は休み
東京都労働相談情報センター 国分寺事務所 (立川市、武蔵野市、三鷹市、青梅市、 昭島市、小金井市、小平市、東村山市、 国分寺市、国立市、福生市、東大和市、 清瀬市、東久留米市、武蔵村山市、 羽村市、あきる野市、西東京市、 西多摩郡)	042 - 321 - 6110	◆来所相談（予約制） 9時～17時（月～金） ※土日祝は休み ◆夜間来所相談（予約制） 17時～20時（月）

【ひとり親家庭の相談】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京都ひとり親家庭支援センター 「はあと」	◆生活相談 03 - 5261 - 8687 ◆養育費相談、 面会交流支援、 離婚前後の法律相談 03 - 5261 - 1278 ◆就業相談 03 - 3263 - 3451	◆生活相談 9時～16時30分（通年） ◆養育費相談、面会交流支援、 離婚前後の法律相談 9時～16時30分（通年） ◆就業相談（※来所相談は月～ 土の予約制） 9時～16時30分（月、水、金、 土、日） 9時～19時30分（火、木）

【高齢者やご家族の心配事、悩みごとなど】

相談窓口	電話番号	受付時間など
高齢者安心電話 公益社団法人東京社会福祉士会	03 - 5944 - 8640	19時30分～22時30分 （年中無休）

【人権に関する相談】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京都人権啓発センター （一般相談）	03 - 6722 - 0124 03 - 6722 - 0125	9時30分～17時30分 （月～金） ※土日祝は休み

【保健・医療に関する相談、問合せ】

相談窓口	電話番号	受付時間など
東京都保健医療情報センター	03 - 5272 - 0303	9時～20時（月～金） ※土日祝は休み ◆医療機関の検索は「東京都医 療機関案内サービス ひまわり」 （HP）でも実施

【生活安全・犯罪被害】

相談窓口	電話番号	受付時間など
警視庁総合相談センター （相談内容に応じて窓口を案内）	03 - 3501 - 0110 # 9110	24時間（年中無休） ◆都内からの通話に限る。 （都県境からの通話では隣接県 につながる場合があります。）
警視庁 犯罪被害者ホットライン	03 - 3597 - 7830	8時30分～17時15分 （月～金） ※土日祝は休み

【どこへ相談して良いかわからない】

相談窓口	電話番号	受付時間など
よりそいホットライン (一般社団法人社会的包摂サポートセンター)	0120 - 279 - 338 (フリーダイヤル)	24 時間 (年中無休)
生きる支援の総合検索サイト ～いのちと暮らしの相談ナビ～ (運営主体：NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク)	<div data-bbox="876 495 1259 555" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 生きる支援 相談ナビ 🔍 </div>	
こころといのちの相談・支援東京 ネットワーク機関	<div data-bbox="876 633 1259 694" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 相談窓口等 福祉保健局 🔍 </div>	

【発行】
 あきる野市役所
 健康福祉部 健康課 健康づくり係
 電話 042 - 558 - 1183 (直通)
 FAX 042 - 558 - 3207