

# ひとりで悩まないで！

子ども・若者自立支援の相談窓口のご紹介

今のこと

これからのこと

不安に思ったら相談



立 川 市

## 毎日を楽しく、夢を持って過ごしていますか？

### 友達や親、先生との関係の中で、悩んでいませんか？

「人の嫌がることをしない、させない。」これが大切です。  
嫌なことを“言われたり”“されたら”ハッキリと「やめて!」と言いましよう。

信頼できる友達や先生、親に相談するのも、解決への近道です。  
友達と一緒になら、どんなことだって乗り越えられます。  
大人は、これまでの経験の中で上手くいく方法を知っています。

### 将来のことについて、悩んでいませんか？

将来のことを考えるためには、夢を持つことが大切です。

「夢なんて無いよ。」なんて言わずに、将来の自分を想像してみてください。  
どのような大人になった自分が見えましたか？

「考えていない訳じゃないけど、モヤモヤして…」そんな人もいると思います。

友達と大人になった時の話をしてみるとハッキリと見えてきます。  
先生や親は、夢を叶えるためのヒントを知っています。



友達や親、先生に相談できなくても、ひとりで悩まないでください。

立川市内には、いろいろな相談窓口がありますので、利用してみてください。

## あなたの夢を応援してくれる相談窓口

### 《教育相談》

立川市教育委員会教育相談（無料）

受付時間：9：00～17：00

休業日：日曜日、祝祭日、年末年始

電話 042-527-6171

<http://www.city.tachikawa.lg.jp/tokubetsushien/kosodate/kyoiku/iinkai/sodan/kyoiku.html>

### 《子育て相談》

立川市子ども家庭支援センター（無料）

受付時間：9：00～17：00

休業日：日曜日、祝祭日、年末年始

電話 042-528-6871

<http://www.city.tachikawa.lg.jp/kodomokatei/shise/gaiyo/soshiki/kodomokatei/kodomokatei/>

### 《就労相談》

たちかわ若者サポートステーション（無料・要予約）

受付時間：10：00～17：00

休業日：水・日曜日、祝祭日、年末年始

電話 042-529-3378

<http://www.sodateage.net/yss/tachikawa>

### 《就労相談》

東京障害者職業センター多摩支所（無料・要予約）

受付時間：8：45～17：00

休業日：土・日曜日、祝祭日、年末年始 電話 042-529-3341

[http://www.jeed.or.jp/location/chiiki/tokyo/13\\_tama\\_map.html](http://www.jeed.or.jp/location/chiiki/tokyo/13_tama_map.html)

### 《就労相談》

東京しごとセンター多摩（無料）

受付時間：平日9：00～20：00、土曜日9：00～17：00

休業日：日曜日、祝祭日、年末年始

電話 042-329-4510

<http://www.tokyoshigoto.jp/tama/index.php>

### 《精神保健福祉相談》

東京都多摩立川保健所（無料・要予約）

受付時間：9：00～17：00 休業日：土・日曜日、祝祭日、年末年始

電話 042-524-5171

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/tthc/index.html>

## 立川市子ども・若者自立支援ネットワーク事業

立川市では、社会生活を円滑に営む上で困難を抱える子ども・若者を教育、福祉、保健・医療、矯正・更生、雇用、その他の各分野の行政、NPO、社会福祉法人等によるネットワークを活用して、支援機関・団体の適切な事業へつなぐ事業を開始しました。

立川市内には、「たちかわ若者サポートステーション」をはじめ多くの支援機関・団体があります。その支援機関・団体で実施している事業の対象から外れてしまう、支援が困難な場合など、ネットワークに参加する機関・団体で検討を行い、ご本人にとって適切と思われる事業を行っている支援機関・団体に支援の依頼を行っていきます。



### 【その他の相談機関の連絡先】

- 若ナビα（東京都若者総合相談センター）  
☎ 03-3267-0808（月～土：11:00～20:00）  
<http://www.wakanavi-tokyo.net/>
- 青少年リスタートプレイス（東京都教育相談センター）  
☎ 03-3360-4175（平日：9:00～21:00、土日祝：9:00～17:00）
- 東京都児童相談センター 4152(よいこに) 電話相談  
☎ 03-3366-4152（平日：9:00～21:00、土日祝：9:00～17:00）
- ひきこもりサポートネット（東京都青少年・治安対策本部青少年課）  
☎ 03-6806-2440（平日：10:00～17:00）  
<http://www.hikikomori-tokyo.jp>
- ヤングテレホンコーナー（警視庁少年相談室）  
☎ 03-3580-4970（24時間対応）
- くわのみ心理相談室  
☎ 042-625-9165（平日：9:00～11:30、13:00～16:30）  
[http://www.moj.go.jp/kyousei1/kyousei25\\_00001.html](http://www.moj.go.jp/kyousei1/kyousei25_00001.html)

立川市子ども家庭部子ども育成課青少年係

☎ 042-523-2111（内線 1305）

〒190-8666

立川市泉町1156番地の9