

相談窓口一覧

からだところの不安や悩みを感じたとき

相談窓口	連絡先☎	受付時間等
立川市健康会館 (からだところの相談)	042-527-3272	8時半～17時(月～金) ※土日祝、12/29～1/3は休み
多摩立川保健所 (精神保健福祉相談)	042-524-5171	9時～17時(月～金) ※土日祝、12/29～1/3は休み
東京都夜間こころの電話相談	03-5155-5028	17時～21時半 (年中無休)
東京都立多摩総合精神保健福祉センター	042-371-5560	9時～17時(月～金) ※土日祝、12/29～1/3は休み

生きるのがつらい、消えてしまいたい・・・

相談窓口	連絡先☎	受付時間等
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～	0570-087478 (ナビダイヤル)	14時～翌朝5時半 (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)
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(NPO 法人 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2時半 (年中無休), 17時～深夜2時半(火), 22時半～深夜2時半 (月・土)

立川で
生きる



だれにでも
悩みがある

だれにでも
悩みを

相談する場所が
ある

まずは、話して



たちかわ

【令和2年9月発行】

立川市 福祉保健部健康推進課 保健事業係
TEL 042-527-3272 FAX 042-521-0422

友達・家族やいじめ、進路や将来のこと

相談窓口	連絡先☎	受付時間等
24 時間子ども SOS ダイヤル	なやみいおう 0120-0-78310	24 時間いつでも
東京都いじめ相談ホットライン	0120-53-8288	
東京都若者総合相談「若ナビα」 (18 歳以上)	03-3267-0808	11 時～20 時(月～土)※日曜、12/29～1/3 は休み
チャイルドライン (18 歳以下)	0120-99-7777	16 時～21 時(通年)※12/29～1/3 は休み
チャイルドラインたちかわ	042-526-7622	毎週日曜日 15 時～20 時※12/29～1/3 は休み
子ども総合相談受付(子ども家庭支援センター)	042-529-8566	9 時～17 時(月～土)※日祝、12/29～1/3 は休み
教育相談(教育支援課)	042-527-6171	9 時～17 時(月～土)※日祝、12/29～1/3 は休み
東京都立川児童相談所	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 で対応
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、12/29～1/3 は休み

【0120 からはじまるフリーダイヤル以外は料金がかかります】




パートナーからの暴力、夫婦・親子の悩みなど

相談窓口	連絡先☎	受付時間等
東京都女性相談センター多摩支所	042-522-4232 ※夜間休日緊急 03-5261-3911	9 時～16 時(月～金) ※土日祝、12/29～1/3 は休み
東京都女性相談センター	03-5261-3110 ※夜間休日緊急 03-5261-3911	9 時～20 時(月～金) ※土日祝、12/29～1/3 は休み
東京ウィメンズプラザ	03-5467-2455	9 時～21 時(通年) ※12/29～1/3 は休み
男性のための悩み相談	03-3400-5313	17 時～20 時(月・水) 14 時～17 時(土)※祝日、12/29～1/3 は休み

生活や仕事、労働問題などの相談

相談窓口	連絡先☎	受付時間等
くらし・しごとサポートセンター(総合福祉センター内)	042-503-4308	8 時半～17 時 15 分(月～金)※土日祝、12/29～1/3 は休み
東京しごとセンター多摩	042-329-4510	9 時～20 時(月～金)、9 時～17 時(土)※日祝、12/29～1/3 は休み
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、12/29～1/3 は休み
東京都労働相談情報センター国分寺事務所	来所相談予約 042-321-6110	9 時～17 時(月～金) 17 時～20 時(月) ※土日祝、12/28～1/4 は休み

立川市の相談窓口、その他の相談窓口

相談窓口	連絡先☎	受付時間等
市民相談 (市民相談係)	042-528-4319	8 時半～17 時(月～金)(個別予約制) ※土日祝、12/29～1/3 は休み
カウンセリング相談 (男女平等参画課)	042-528-6801	13 時～17 時(火・水・土)(個別予約制) ※土は電話相談のみ
くらしの心配ごとなど 地域の民生委員・児童委員への相談(福祉総務課)	042-523-2111 (内線1492)	8 時半～17 時(月～金)(個別予約制) ※土日祝、12/29～1/3 は休み
生活保護(生活福祉課)	042-523-2111 (内線1574)	8 時半～17 時(月～金) ※土日祝、12/29～1/3 は休み
外国人のための相談(東京都)	(英語)English 03-5320-7744 (中国語)中文 03-5320-7766 (韓国語)한국어 03-5320-7700	9 時半～正午 13 時～17 時 (英語) 月～金 (中国語)火・金 (韓国語)水
よりそいホットライン	0120-279-338	24 時間(年中無休)
生きる支援の総合検索サイト(相談機関検索) いのちと暮らしの相談ナビ (NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク)		
SNS 自殺相談 (NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク) LINE 相談 ID @yorisoi-chat(生きづらびっと) 日・月・火・木・金 17 時～22 時半(22 時まで受付) 水 11 時～16 時半(16 時まで受付)		

【受付時間等変更になる場合がございます】