



女性のための相談のご案内

～ ひとりで悩んでいませんか ～



【中野区】

【中野区】

相談区分	内容	相談窓口	受付時間
女性の健康相談 ☆どの相談窓口か迷ったらまずこちらへご連絡を！	女性の様々な健康相談ができます。また、妊娠がわかったら、すこやか福祉センターへ。保健師など専門職に相談ができます。	お住まいの地域のすこやか福祉センター 《電話相談・窓口での対面相談》 〈担当のすこやか福祉センターは右ホームページにてご確認ください〉	月曜日から金曜日 午前8時30分～午後5時
女性相談	夫婦や親子等、家族の関係、生活するなかでの人間関係など、女性の生き方全般について、女性の相談員に相談できます。	電話相談 03-3228-5556	月曜日から金曜日 午前8時30分～午後5時
妊娠を望む方向けの相談や支援	妊娠を望む方や不妊に悩む方をサポートするため、保健指導相談券の配布や不妊専門相談を実施しています。【不妊専門相談は要予約】	子育て支援課母子医療助成係 03-3228-5623	月曜日から金曜日 午前8時30分～午後5時
ひとり親家庭相談	ひとり親家庭に対する支援制度の情報や住宅、仕事、生活等について母子・父子自立支援員に相談できます。	子育て支援課子育てサービス係 03-3228-5612	月曜日から金曜日 午前8時30分～午後5時
性的マイノリティ相談	専門知識のある性的マイノリティ当事者の相談員が相談をお聞きします。【相談日は第3火曜日(夜間)・要予約】	企画課平和・人権・男女共同参画係 03-3228-8229	月曜日から金曜日 午前8時30分～午後5時

【その他】

相談区分	内容	相談窓口等	受付時間
東京ウィメンズプラザ 女性相談	〈一般相談〉DV、セクシャルハラスメント、夫婦や親子の問題、生き方や職場の人間関係など様々な悩みを相談できます。 〈法律相談〉離婚、暴力被害などで法的知識が必要なとき、女性の弁護士に相談できます。【要予約】	東京ウィメンズプラザ 〈一般相談〉 03-5467-2455 〈法律相談〉 03-5467-2455	毎日 午前9時～午後9時
性暴力救済ダイヤル NaNa	性被害直後からの相談と医療機関への同行支援を受けられます。	特定非営利活動法人性暴力救済センター・東京 03-5607-0799	24時間365日
東京都ひとり親家庭 支援センターはあと	ひとり親家庭の子どもの養育、健康、生活相談や、養育費、離婚前後の法律相談などが受けられます。	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〉03-5261-1278 〈離婚前後の法律相談〉 03-5261-1278	毎日 午前9時～午後4時30分 (月・水は午後7時30分まで)
女性の悩み相談 サイト 「TOKYOメンターカフェ」	子育てなどを経験してきた都民メンターに気軽に相談できるインターネット掲示板サイトです。	「TOKYOメンターカフェ」 ※右ホームページをご確認ください	24時間365日

(令和3年5月現在)

