

<p>● こころの健康相談 統一ダイヤル (厚生労働省)</p> <p>0570-064-556 (ナビダイヤル)</p>  <p>電話をかけた所在地の公的相談機関につながります。相談対応日時は 地域により異なります</p>	<p>● こころといのちの ほっとライン</p> <p>0570-087478 12:00～翌朝5:30 年中無休</p>  <p>このどうしようもない苦痛から逃れたいと思っている方へ LINE相談は「相談ほっとLine @東京」で検索</p>	<p>● 東京いのちの電話 (社会福祉法人 いのちの電話)</p> <p>03-3264-4343 24時間 365日</p>  <p>生きていくのが辛い、家族や友人が心配な方へ</p>
<p>● 心の健康づくり 千代田保健所 保健サービス課</p> <p>03-5211-8175 9:00-17:00 (平日)</p>  <p>心の問題でお悩みの方やご家族からの相談を保健師がお受けします</p>	<p>● 自死遺族相談ダイヤル</p> <p>03-3261-4350 10:00-20:00 (木) 10:00-18:00 (日)</p>  <p>身近な人、大切な人を突然亡くされた方へ</p>	<p>● 生活・お金に関する相談 千代田区社会福祉協議会</p> <p>03-3265-1901 8:30-17:00 (平日)</p>  <p>お金にまつわる福祉サービスについて相談できます</p>
<p>● 多重債務についての相談 千代田区 消費生活センター</p> <p>03-5211-4314 予約制 13:00-15:45 (第4月曜日)</p>  <p>(予約制) 予約受付は 平日 9:00 - 16:30 消費生活センター (上記番号) にて</p>	<p>● LGBTQ 相談 千代田区 男女共同参画センター MIW</p> <p>03-5211-4316 16:30-19:20 (第2・第4木曜日)</p>  <p>(予約制) 上記の相談予約専用番号から予約</p>	<p>● 千代田区専用 いじめ相談ホットライン</p> <p>03-3264-4397 24時間 365日</p>  <p>臨床心理士、教育経験者等の相談員により対応します。保護者からの相談も受け付けます</p>
<p>● 子ども・子育てなどの相談 千代田区 児童・家庭支援センター 千代田っ子ホットライン</p> <p>03-3256-8150 24時間 365日</p>  <p>子育て全般、発育発達、児童虐待に関する相談</p>	<p>● 虐待に関する相談 (児童) 子ども家庭庁 児童相談所 虐待対応ダイヤル</p> <p>189 24時間 365日</p>  <p>緊急の対応が必要な場合は警察またはこちらまで</p>	<p>● 虐待に関する相談 (障害者) 千代田区 障害者虐待防止センター</p> <p>03-5226-7373 24時間 365日</p>  <p>障害者に関する緊急対応相談を障害者虐待防止センターとして受け付けています</p>
<p>● 労働問題に関する相談 東京労働局 総合労働相談コーナー</p> <p>03-3512-1608 0120-601-556 8:30-17:15 (平日)</p>  <p>来庁によるご相談は電話で事前に予約</p>	<p>● 障害者に関する相談 千代田区障害者よろず相談 Light</p> <p>03-6269-9755 9:00 - 19:00 (平日) 10:00 - 17:00 (土)</p>  <p>相談員による無料相談</p>	<p>● 高齢者サービス/ 介護に関する相談 千代田区「かがやきプラザ」 相談センター</p> <p>03-3265-1165 24時間 365日</p>  <p>高齢者や家族の皆さんからの相談を受け付けています</p>