

# 1月の各種相談(無料／受付時間は終了の30分～1時間前)

★家族、介護などの事業者も相談可  
日程が変更になる場合があります。事前にお問い合わせください。

名称	対象	相談できること	日時・場所・問合せ
法律相談(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	相続、婚姻関係、借地・借家など	時 7(水)・9(金)・14(水)・16(金)・21(水)・23(金)・ 28(水)13時～15時45分※弁護士が応対
税務相談(予約制)		確定申告、相続・贈与税など	時 8(木)・22(木)13時～15時30分
司法書士相談(予約制)		遺言、相続、登記、借地・借家など	時 8(木)13時～15時30分
不動産相談(予約制)		地代・家賃、賃貸、売買など	時 15(木)13時～15時30分
土地家屋調査士相談		土地・建物の調査・測量、不動産登記など	時 15(木)13時～15時30分(先着順) (受け付け12時30分～15時)
行政書士相談		相続、許認可手続き、外国人ビザなど	時 6(火)・20(火)13時～15時30分(先着順) (受け付け12時30分～15時)
社会保険・労務相談		社会保険、労働条件、仕事の悩みなど	時 13(火)13時～15時30分(先着順) (受け付け12時30分～15時)
行政相談		国政などへの苦情・要望など	時 13(火)13時～15時30分(先着順) (受け付け12時30分～15時)
一般相談		区政への問い合わせや日常生活のことなど	時 平日8時30分～17時
消費生活相談		商品の購入・契約など消費生活で困っていること	時 平日9時～16時30分 ※消費生活相談員が応対
多重債務相談(予約制)		債務整理、整理後の生活など	時 26(月)13時～15時45分(受け付けは15時15分まで)※弁護士が応対 場 区民相談室(区役所2階) 間 消費生活センター ☎ 03-5211-4314
経営相談(予約制)	中小企業者 起業予定者	中小企業経営に関するさまざまな経営課題や 創業に関することなど	時 平日9時～17時※中小企業診断士が応対※訪問相談の場合、夜間や土曜の対応も応相談 場 経営相談室(九段南1-6-17千代田会館8階)※オンライン・訪問による相談も実施中 問 商工観光課経営相談・融資担当 ☎ 03-5211-4344※予約は区HPから
男女共同参画センター MIW(ミュウ) 相談室(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	一般相談 夫婦やパートナー・家族関係、人間 関係、働き方、ハラスメント、性に関するこ と、性暴力被害など	時 毎週月曜・水曜・金曜10時～14時50分、毎週火曜 13時～17時50分、毎週木曜・第1・第3土曜10時～ 12時50分(1回50分) ※託児サービスあり(有料・要予約)
		法律相談 上記の内容で特に法律に関わるこ と	時 13(火)10時～11時～(1回45分) ※女性限定／女性弁護士が応対
		LGBTQ相談 性自認や性的指向に関するこ と	時 8(木)・22(木)16時30分～、17時30分～、 18時30分～(1回50分)
ちよだ DV相談ダイヤル	区内在住・ 在勤・在学者	配偶者やパートナー、恋人から受けている暴 力(DV)のこと	時 平日9時～17時 ※DVで緊急を要する場合は、警察(110番)へ 問 ☎ 03-6272-3828
女性・ひとり親家庭 相談	区内在住者	女性のさまざまな悩み、女性・母子が配偶者な どから受けているDV、ひとり親家庭の生活全 般(子育て、就労など)	時 平日8時30分～17時※いずれも女性相談員が応 対し、必要な場合は緊急避難などの保護、公的制度 や貸付金の案内など自立に向けた支援を実施
くらしと仕事・家計に 関する相談	区内在住者	生活の悩みごとや心配ごとの解決方法を考え る。家族や身近な方の相談も受け付け	時 平日8時30分～17時 問 生活支援課生活支援係 ☎ 03-5211-4126
子どもと家庭に関わる 総合相談	区内在住者	育児・子育ての悩み、児童虐待など、妊娠期を 含め、0歳～高校3年生相当の年齢の子どもと その家族に関するさまざまなこと	時 24時間365日(夜間<17時～翌日9時>)、 休日は委託事業者が応対し、継続相談の対応は不可。 来所相談は平日9時～17時で要予約 場 児童・家庭支援センター(神田司町 2-16神田さくら館6階) 問 児童・家庭支援センター ☎ 03-3256-8150
保健福祉 オンブズパーソン 相談(予約制)	区内在住者	保健福祉サービス全般への相談・苦情	時 14(水)小林有紀子氏(社会福祉士／主に高齢者・障害者関係)14時～16時 23(金)高辻千恵氏(大学准教授／主に子育て保育関係)14時～16時 場 区役所会議室 間 福祉総務課厚生係 ☎ 03-5211-4211(郵送での相談も受け付け可。 郵送先=福祉総務課保健福祉オンブズパーソン事務局〒102-8688九段南1-2-1)
福祉専門法律相談 (予約制)	区内在住・ 在勤・在学者★	福祉や成年後見制度、消費者被害に関する悩 み、相続や遺言の相談	時 8(木)八杖氏(弁護士)、22(木)澄川氏(弁護士) いずれも14時～16時20分 ※弁護士が応対／ちよだ成年後見センター職員も同席
成年後見制度相談	区内在住・ 在勤・在学者★	成年後見制度の利用、後見活動の悩みや不安	時 平日8時30分～17時※来所前に電話で問合せ先へ 場 ちよだ成年後見センター(九段南1-6-10かがやきプラザ4階) 問 ちよだ成年後見センター ☎ 03-6265-6521
かがやき カウンセリングルーム (予約制)	区内在住・ 在勤・在学者★	家族介護によって生じるストレス、認知症や 若年性認知症のご本人や家族の心配ごと、福 祉・介護現場で働くなかでのストレスや不安 など	時 17(土)13時～16時、28(水)10時～13時※専門のカウンセラーが応対 場 かがやきプラザ4階研修室(九段南1-6-10) 問 かがやきプラザ研修センター ☎ 03-6265-6560 FAX 03-3265-1162
障害者相談	区内在住・ 在勤・在学者★	地域活動支援センターの機能や障害者福祉に 関すること、心身の健康に関することなど	時 平日9時～17時 場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5) 問 障害者福祉センターえみふる ☎ 03-3291-0600 FAX 03-3291-0608
障害者よろず相談 Light(ライト)	区内在住・ 在勤・在学者	障害のある方やそのご家族、障害者手帳を持 たない心の病や発達障害のある方などのあら ゆる悩みや困りごと	時 平日9時～19時、土曜10時～17時 場 障害者よろず相談(一ツ橋1-1-1パレスサイドビル1階) 問 障害者よろず相談 ☎ 03-6269-9755 FAX 03-6269-9754 E-mail light@hirai-luminal.or.jp
障害者就労相談室 (予約制)	区内在住者 ★	障害等のある方の就職活動や職業訓練のアド バイス、在職中で職業上の悩みなど(障害者手 帳がなくても相談可)	時 21(水)9時～16時※ジョブコーチ(職場適応援助者)が応対 場 障害者就労支援センター(区役所3階) 問 障害者就労支援センター ☎ 03-3264-2153 FAX 03-3556-1223 E-mail chiyoda.syuroushien@city.chiyoda.lg.jp
デジタルサポート 個別相談(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	スマホやパソコンなどIT機器の使い方	時 ①10(土)・24(土)②15(木)いずれも13時～13時50分、14時～14時50分、15時～15時 50分 場 ①かがやきプラザ4階(九段下1-6-10)②こもれび千桜(神田東松下町22-1) 問 ちよだボランティアセンター ☎ 03-6265-6522

## 令和8年3月のスポーツ施設の利用申し込み(スポーツセンターのみ令和8年4月分)

施設名	申込期間	抽選日	空き施設受け付け(申込順)	問合せ・申込方法
①外濠公園(野球・サッカー・テニス)	1月10日(土) ～20日(火)	1月25日(日)	2月1日(日) 10時～	問 九段生涯学習館(九段南1-5-10) ☎ 03-3234-2841※毎月第3月曜 は休館(祝日の場合は翌平日)
②花小金井運動施設(野球など)	1月4日(日)～19日(月)			申 事前に問合せ先で利用登録のうえ、申し込みまたは申込書(問合 せ先で配付)を問合せ先へ
③スポーツセンター (主競技場・プール・卓球場などの団体利用)	1月4日(日)～18日(日) (1月19日(月)～23日(金) は設備点検のため休館)	2月1日(日)	2月2日(月) 10時～	問 スポーツセンター(内神田2-1-8) ☎ 03-3256-8444※毎月第3月曜 は休館(祝日の場合は翌平日) 申 申込書(問合せ先で配付)を問合 せ先へ

利用できない日 ①野球・サッカー=3月1日(日)・15日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③4月20日(月)(休館日)

\*このほかにも区の事業などのため、利用できない場合あり。詳しくは各問合せ先へ