



各種相談

区民相談室（区役所 2 階）



総合窓口課

☎03-5211-4176

法律や税務などの専門相談や日常生活の相談など、それぞれ専門知識と経験豊富な相談員が皆さんの相談に無料で応じています。

対象 区内在住・在勤・在学者

▶ 専門相談

相談時間 30分以内

相談名	相談内容	日時(祝日・年末年始は休み)	相談員	受付
法律相談	借地・借家、相続、婚姻、金銭貸借、交通事故等の法律問題全般	水・金曜日 (第5水・金は休み) 午後1時～3時45分	弁護士	予約制 ※空きがあれば当日も可（法律相談は午後3時15分、税務相談、司法書士相談および不動産相談は午後3時まで）
税務相談	確定申告、相続税、贈与税等、税金の相談	第2・第4木曜日 午後1時～3時30分	税理士	
司法書士相談	遺言、相続、登記、会社法務、借地借家、敷金・貸金返還、成年後見等	第2木曜日 午後1時～3時30分	司法書士	
不動産相談	地代・家賃・賃貸借契約・不動産の売買等の不動産全般	第1・第3木曜日 (1月の第1木曜は休み) 午後1時～3時30分	宅地建物取引士	
土地家屋調査士相談	土地や建物の調査・測量・不動産登記の申請手続き、土地の境界等	第3木曜日 午後1時～3時30分	土地家屋調査士	先着順。当日の午後0時30分～3時までに区民相談室事務室（区役所2階）へ
行政書士相談	相続、許認可手続、法人設立、外国人ビザ、契約書類作成等	第1・第3火曜日 午後1時～3時30分	行政書士	
社会保険・労務相談	社会保険や労働条件等、仕事上の悩み・心配ごと	第2火曜日 午後1時～3時30分	社会保険労務士	
行政相談	国や独立行政法人・特殊法人・公庫の業務に関する苦情・要望等		行政相談委員	

※8月の専門相談は、法律相談のみ。相談日は、問合せ先へ

※法律相談及び税務相談の利用上の注意点はHPを確認

▶ 一般相談

相談名	相談内容	日時 (祝日・年末年始は休み)	相談員
区政に関する相談	区政に関する問合せ、提案・要望などの相談	平日 午前8時30分～午後5時	区民相談室職員
日常生活相談	日常生活の一般的な相談		

■ おくやみコーナー

総合窓口課区民相談室おくやみコーナー担当 ☎03-5211-4169

ご家族を失った悲しみの中、ご遺族の方が行う手続きは多岐にわたっており、複数の窓口で様々な申請を行う必要があります。区役所内で行う諸手続きについて、ご遺族のご負担を少しでも軽減できるようご支援します。

実施日 毎週火曜日 ※火曜日が祝日の場合は実施しません。

対象 亡くなられた方が千代田区民であった方のご遺族

利用方法 事前に電話予約 ※ご利用日の7開庁日前までにご予約ください。

各種相談

区役所の各種相談窓口は祝日、年末年始は休みです。

※日時は変更する場合があります。事前にお問い合わせください。

▶ 税

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
国税に関する相談	税に関することや、事情により税金を納期限までに納められないなど税に関する事全般	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時 (音声案内に従い「1」を選択)	麴町税務署	03-3221-6011
都税に関する相談		月曜～金曜日		午前8時30分～午後5時	千代田都税事務所相談
区税の相談		月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	税務課課税係	03-5211-4192
				納税促進係	03-5211-4193
				特別整理係	03-5211-4195

▶ 健康

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
患者の声の相談	区内診療所などの利用者や家族から医療に関する相談	平日(年末年始を除く)	午前9時～12時、午後1時～5時	千代田保健所	03-5211-8100 (相談専用電話)
はみがき教室(予約制)	乳幼児のむし歯や歯肉炎予防を目的とした歯磨き実習や個別相談	月3回	詳細は問合せ先へ	千代田保健所	保健サービス課 歯科保健担当 03-5211-8178
ビーバー相談(予約制)	1歳0か月の歯科健診・歯磨き実習・歯と口に関する相談	月1回	午後1時～3時45分		
歯科保健相談(予約制)	乳幼児・妊産婦を対象に歯科健診や相談、むし歯予防のためのフッ化物塗布(乳幼児のみ)を実施	月4回～5回	詳細は問合せ先へ		
食べ方相談(予約制)	乳幼児の食べ方の心配に関する個別相談	月1回	午後1時30分～4時		
アレルギー総合相談(予約制)	15歳までの子どもとその保護者を対象とした、医師による相談	月1回程度	受付は午前9時30分～10時	千代田保健所	保健サービス課 保健相談係 03-5211-8175
健やか親子相談(予約制)	妊婦や未就学児とその保護者を対象とした、心理相談員による子育て相談	月1回程度	午後1時15分～4時	千代田保健所ほか	
骨密度測定会(予約制)	区民(16歳以上)の方を対象に骨密度と体成分の測定を有料で実施	月1回程度	「広報千代田」でお知らせします。	千代田保健所	健康推進課 健康推進係 03-5211-8171
生活習慣病予防相談(予約制)	体成分測定結果および生活習慣病予防の観点からの運動相談、栄養相談、保健相談	月1回程度(骨密度測定会と同時実施)			

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
心の相談室 (予約制)	精神科医と保健師等による家庭や職場内での心の問題の相談(認知症相談も可)	月2回	午後1時30分～3時30分	千代田保健所ほか	保健サービス課 保健相談係 03-5211-8175
難病相談室 (予約制)	難病の方やその家族、支援をしている方を対象とした、理学療法士、保健師による家庭でのリハビリ方法等の相談	詳細は問合せ先へ		千代田保健所	



▶子ども

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
いじめ・悩み相談ホットライン	子どものいじめ等に関すること	365日毎日	24時間いつでも	委託事業者	03-3264-4397
千代田っこホットライン	子どもとその家庭に関するさまざまな相談	365日毎日	24時間いつでも	電話相談(児童・家庭支援センター、委託事業者)	03-3256-8150 (相談専用)
子育てコーディネーターによる相談	子育ての悩みの相談や多様なニーズに応じた子育ての悩み相談(電話相談もあり)	月曜～金曜日	午前9時～午後5時	子育て推進課子育て推進係	03-5211-3652
		月曜～金曜日 土曜日	午前10時～午後6時 午前10時～午後5時	子育てひろば「あい・ぽーと」 麴町	03-3556-8474
子どもと家庭に関わる総合相談	18歳未満のお子さんとそのご家族の相談	月曜～金曜日	午前9時～午後5時	児童・家庭支援センター (神田司町2-16 神田さくら館6階)	03-5298-5521
教育相談(予約制)	教育についてのさまざまな相談	月曜～金曜日 土曜日	午前10時～午後6時 午前9時～午後5時		03-3256-8140
子どもの健康相談(予約制)	子どもの発達についての相談	医師=月1回 言語=月2回 心理=随時	午前9時～午後5時 事前申し込み制		03-5296-9281
東京都児童相談センター	子どもに関する相談、虐待など	来所相談 月曜～金曜日	午前9時～午後5時	新宿区北新宿4-6-1	03-5937-2317 夜間・休日・緊急連絡 03-5937-2330
児童相談所全国共通ダイヤル	児童の虐待に関すること	365日毎日	24時間いつでも	お近くの児童相談所につながります	189 (通話料無料)
児童相談センターよいこに電話相談	子どもに関するさまざまな相談	月曜～金曜日	午前9時～午後9時	東京都児童相談センター (新宿区北新宿4-6-1)	03-3366-4152
		土曜・日曜・祝日	午前9時～午後5時		
ヤングテレホンコーナー	子どもについての悩みごと	365日毎日	24時間いつでも	警視庁少年育成課少年相談係	03-3580-4970

▶ 高齢者

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
総合相談・支援	高齢者の生活や介護、介護予防、高齢者虐待に関する相談・支援	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	在宅支援課	03-6265-6483 03-6265-6484 (虐待専用)
		365日毎日	24時間いつでも	相談センター(九段南1-6-10かがやきプラザ1階)	03-3265-1165
		月曜～土曜日 (祝日も可能)	午前9時～午後6時	高齢者あんしんセンター麹町(一番町12いきいきプラザ一番町) 高齢者あんしんセンター神田(神田淡路町2-8-1 かんだ連雀)	03-3265-6141 03-5297-2255
かがやきカウンセリングルーム	介護の悩みやストレスなど介護に関すること、認知症への不安や介護の仕事についての相談	第1土曜日	午後1時～4時	かがやきプラザ4階 研修室(九段南1-6-10)	03-6265-6560 かがやきプラザ 研修センター
		第4水曜日	午前10時～午後1時		
健康相談	健康医療相談	第3金曜日	午前10時～正午	高齢者活動センター(九段南1-6-10 かがやきプラザ5階) ※ご利用には高齢者活動センターの登録が必要です。詳しくは、お問い合わせください	03-3265-1161
	運動器相談	第3火曜日	午後2時30分～4時		

▶ 障害のある方

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
生活相談	身体・知的に障害のある方の生活全般	月曜～金曜日	午前9時～午後5時	障害者福祉課(区役所3階)	03-5211-4217 FAX)03-3556-1223
健康相談	心身に障害のある方の健康(内科)	第3金曜日	午後1時30分～3時30分	障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)	03-3291-0600 FAX)03-3291-0608
千代田区障害者虐待防止センター	障害者の虐待についての通報・相談	365日毎日	24時間いつでも	障害者よろず相談Light(ライト)(一ツ橋1-1-1パレスサイドビル1階)	03-5226-7373
障害者就労相談室(予約制)	障害等のある方の「働くこと」についての相談	第3水曜日	午前10時～午後4時	障害者就労支援センター(区役所3階)	03-3264-2153
障害者よろず相談	障害のある方や手帳を持たない心の病等のある方やその家族の、身近な困りごと全般	月曜～金曜日 土曜日	午前9時～午後7時 午前10時～午後5時	障害者よろず相談Light(ライト)(一ツ橋1-1-1パレスサイドビル1階)	03-6269-9755 FAX)03-6269-9754

※精神障害の方は千代田保健所保健サービス課へ。

▶ 保健福祉

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
保健福祉オンブズパーソン(予約制)	保健福祉サービス全般の相談や苦情など	第2水曜・第4金曜日 郵送での相談も受け付けます	午後2時～4時	相談予約・申立書の郵送先 福祉総務課厚生係(区役所3階)	03-5211-4211

▶生活衛生

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
食品衛生の相談	飲食店等を始める際の許可手続き、調理師などの免許申請の受け付け、食品衛生全般に関する相談	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活衛生課食品監視指導係(麴町地域)	03-5211-8169
				生活衛生課食品監視指導係(神田地域)	03-5211-8168
食品表示の相談	食品の表示に関すること	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活衛生課食品表示担当	03-5211-8207
環境衛生の相談	理容・美容、クリーニング、ホテル、興行場、浴場などの許可手続きや衛生指導、飲み水や室内空気の汚れなどの相談	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活衛生課環境衛生係	03-5211-8166
害虫やネズミの相談	感染症の発生を防止するためのネズミ、蚊・ハエに関する相談	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活衛生課環境衛生係	03-5211-8166
住まいの環境調査	ダニ・カビなどを原因とするアレルギーや家の新築・リフォームなどによるシックハウス症候群に関する相談	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活衛生課環境衛生係	03-5211-8166
受動喫煙防止対策の相談	受動喫煙を防止するために施設が行わなければならないことや受動喫煙での困りごとの相談	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活衛生課受動喫煙防止担当	03-5211-4122

▶道路

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
道路の陥没や排水、街路樹や街路灯に関する通報・相談	区道に関すること	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	道路公園課維持係	03-5211-4243
	都道に関すること	月曜～金曜日	午前9時30分～午後5時	東京都「道の相談室」	03-3340-1350
		月曜～金曜日	午前9時～午後5時	(都)第一建設事務所庶務課	03-3542-0682
	国道に関すること	月曜～金曜日	午前9時15分～午後6時	国土交通省東京国道事務所	03-3512-9090

▶くらし

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先	
生活保護相談	生活保護の相談に関すること	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活支援課 (区役所3階)	03-5211-4216	
くらしと仕事・家計に関する相談	仕事や生活に関する困りごと	月曜～金曜日			03-5211-4126	
ひとり親相談	ひとり親家庭に関すること					
女性相談	女性が抱えるさまざまな悩みに関すること					
年金相談	国民年金に関すること	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	保険年金課 (区役所2階)	03-5211-4202	
				千代田年金事務所 (三番町22)	03-3265-4381	
建築計画の相談	すまいの新築・増築・改築など	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	建築指導課 (区役所5階)	03-5211-4308	
建築物の相談	近隣の建築計画によるプライバシー・工事被害等に関すること	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	環境まちづくり総務課事業調整担当(区役所5階)	03-5211-3608	
消費生活相談	消費生活に関すること	月曜～金曜日	午前9時～午後4時30分	消費生活センター (千代田会館8階)	03-5211-4314	
		月曜～土曜日	午前9時～午後5時	東京都消費生活総合センター (新宿区神楽河岸1-1 飯田橋セントラルプラザ内)	03-3235-1155	
多重債務特別相談(予約制)	多重債務に関すること	第4月曜日	午後1時～4時 受付は3時15分まで	区民相談室 (区役所2階)	03-5211-4314	
男女共同参画センター Miyu 相談室	一般相談(予約制)	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、性暴力被害などの相談	毎週月曜・水曜・金曜日 午前10時～午後2時50分 毎週火曜日 午後1時～5時50分 毎週木曜・第1・第3土曜日 午前10時～12時50分	男女共同参画センター MIW (ミュウ) (区役所10階)	03-5211-4316 (相談専用)	
	法律相談(予約制)	女性弁護士の法律相談(女性のみ対象)	第2火曜日			午前10時～11時45分
	LGBTQ相談(予約制)	性自認・性的指向に関する悩みや困りごと	第2・第4木曜日			午後4時30分～7時20分
ちよだDV相談ダイヤル	配偶者やパートナー、恋人から受けている暴力(DV)のこと	月曜～金曜日	午前9時～午後5時 ※DVで緊急を要する場合は、警察(110番)へ	委託事業者	03-6272-3828	
人権身の上相談(予約制)	人権の侵害や身の上の心配ごと	第2月曜日(祝日を除く)	午後1時～3時	区民相談室 (区役所2階)	03-5211-4166	
公害の苦情相談	騒音・振動・悪臭・大気汚染などの相談	月曜～金曜日	午前8時30分～午後5時	環境政策課公害指導係 (区役所5階)	03-5211-4254	
賃貸住宅・不動産取引に関する相談(予約制)	賃貸ホットライン	月曜～金曜日	午前9時～午後5時30分	(都)住宅政策本部 民間住宅部不動産課	03-5320-4958	
	不動産取引に関する相談				03-5320-5071	
	不動産業者について調べるとき				03-5320-5072	
不動産取引で弁護士による対応が必要な相談(予約制)		平日	午前9時～午後4時 (1回の相談時間は20分)	(都)不動産取引特別相談室	03-5320-5015	

▶ マンション管理

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
マンションの維持・管理相談支援	管理・修繕・建替え・管理組合運営などの相談	月曜～金曜日	午前9時～午後5時	まちみらい千代田 (ちよだプラットフォームスクウェア4階)	03-3233-3223
マンション管理計画認定制度事前相談	区内分譲マンション管理組合が作成した管理計画の認定に関する事前相談	月曜～金曜日	午前10時～午後4時	まちみらい千代田 (ちよだプラットフォームスクウェア4階)	03-3233-3223

▶ 仕事上のこと

相談名	内容	相談日	時間	場所	問合せ先
経営相談 (予約制)	中小企業の経営に関すること	月曜～金曜日	午前9時～午後5時 受付は午後4時まで	商工観光課 (千代田会館8階)	03-5211-4344
ビジネス法律相談 (予約制)	ビジネス上の法律相談	随時受付	午前10時～午後4時 事前申込制	まちみらい千代田 (ちよだプラットフォームスクウェア4階)	03-3233-7558

民生委員児童委員

福祉総務課厚生係

☎03-5211-4211

民生委員は、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。担当する地域で暮らしや福祉に関する相談に応じています。また、民生委員は児童委員を兼ねており、子育てに関する支援もしています。

都民の声総合窓口

東京都政策企画局戦略広報部企画調整課

☎03-5320-7725

都政に対する提言・意見・要望等をお受けしています。

国の行政に関する相談 (行政苦情 110 番)

総務省東京行政評価事務所

きくみみ東京

☎0570-090110

(上の番号が利用できない場合は☎03-3363-1100)

行政などへの苦情や意見、要望をお受けし、その解決や実現を促進しています。

CSW (コミュニティソーシャルワーカー)

千代田区社会福祉協議会

☎03-3265-1901

千代田区社会福祉協議会 アキバ分室

☎03-6285-2860

くらしや地域のお困りごとを受けとめ、地域の方や関係機関とともに協力して、解決に向け取り組みます。電話、来所のほか、訪問対応を行っています。