

令和5年度 自立相談支援機関 問い合わせ先等一覧

令和5年9月1日時点

| 管轄地区 | 事業実施者 | 窓口名 | 住 所 | 電話番号 | FAX番号 | メールアドレス | 相談受付日時 |
|------|---------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------|--------------|----------------------------------|---|
| 千代田区 | 中高年事業団 やまて企業組合 | 保健福祉部生活支援課 | 千代田区九段南1-2-1 千代田区役所3階 | 03-5211-4126 | 03-3264-0927 | seikatsushien@city.chiyoda.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 中央区 | | 福祉保健部生活支援課 相談調整担当 | 中央区築地1-1-1 | 03-3546-5496 | 03-3544-0505 | jiritsu_sodan@city.chuo.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分(正午～午後1時を除く) |
| 港区 | 中高年事業団 やまて企業組合 | 港区生活・就労支援センター | 港区六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階 | 03-5114-8826 | 03-3505-3501 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 新宿区 | 公益社団法人 東京社会福祉士会 | 生活支援相談窓口 | 新宿区新宿5-18-21 新宿区役所第二分庁舎1階 | 03-5273-3853 | 03-3209-0278 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| | 社会福祉法人 新宿区 社会福祉協議会 | 新宿区社会福祉協議会 | 新宿区高田馬場1-17-20 | 03-5273-3546 | 03-5273-3082 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 文京区 | 中高年事業団 やまて企業組合 | 自立相談支援窓口 | 文京区春日1-16-21 | 03-5803-1917 | 03-5803-1354 | b302500@city.bunkyo.lg.jp | ・相談日 月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 台東区 | | 福祉部保護課生活困窮者支援担当 | 台東区東上野4-5-6 台東区役所2階9番窓口 | 03-5246-1158 | 03-5246-1179 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 墨田区 | 中高年事業団 やまて企業組合 | くらし・しごと相談室 すみだ | 墨田区吾妻橋1-23-20 墨田区役所3階 | 03-5608-6289 | 03-5608-6403 | kousei@city.sumida.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時半～午後5時 |
| 江東区 | 株式会社 ランスタッド | 生活支援部保護第一課 | 江東区東陽4-11-28 | 03-3647-8487 | 03-3647-4917 | jishi-tan1@city.koto.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～正午 午後1時～午後5時 |
| | 株式会社 ランスタッド | 生活支援部保護第二課 | 江東区大島4-5-1 | 03-3637-3741 | 03-3683-3722 | jishi-tan2@city.koto.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～正午 午後1時～午後5時 |
| 品川区 | | 暮らし・しごと応援センター | 品川区広町2-1-36 | 03-5742-9117 | 03-5742-6798 | seifuksh@city.shinagawa.tokyo.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～正午 午後1時～午後5時 |
| 目黒区 | | めぐろくらしの相談窓口 | 目黒区上目黒2丁目19-15 | 03-5722-9370 | 03-5722-9062 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (土日、祝日、年末年始を除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 大田区 | 社会福祉法人 やまて福祉会 | 大田区生活再建・就労サポートセンター JOBOTA | 大田区大森北1-11-1 柳原大森ビル6階 | 03-6423-0251 | 03-6423-0261 | mail@jobota.net | 曜日：月曜日～土曜日 (日、祝日、年末年始は除く) 時間：10時～18時 |
| 世田谷区 | 社会福祉法人 世田谷区 社会福祉協議会 | ぶらっとホーム世田谷 | 世田谷区太子堂4-3-1 STKハイツ3階 | 03-5431-5355 | 03-5431-5357 | plat@setagayashakyo.or.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |

令和5年度 自立相談支援機関 問い合わせ先等一覧

令和5年9月1日時点

| 管轄地区 | 事業実施者 | 窓口名 | 住 所 | 電話番号 | FAX番号 | メールアドレス | 相談受付日時 |
|------|-------------------------------------|------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|--------------|-----------------------------|--|
| 渋谷区 | 特定非営利活動法人 インクルージョンセンター 東京オレンヂ | 生活支援相談窓口 | 渋谷区宇田川町1-1 渋谷区役所 2階 | 03-3463-2116 | 03-5458-4933 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 中野区 | 株式会社 東京リーガルマインド | 中野くらしサポート | 中野区中野4-8-1 中野区役所 2階16番窓口 | 03-3228-8950 | 03-3228-5601 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 杉並区 | 社会福祉法人 杉並区 社会福祉協議会 | くらしのサポートステーション （生活自立支援窓口） | 杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並複合施設棟1階 | 03-3391-1751 | 03-3391-1752 | kurashi@sugisyakyo.com | ・開設日時：月曜日～金曜日 （祝日・年末年始を除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 豊島区 | 社会福祉法人 豊島区民 社会福祉協議会 | くらし・しごと相談支援センター | 豊島区南池袋2-45-1 豊島区役所本庁舎 4階西 | 03-4566-2454 | 03-3981-4303 | csw_jiritsu@a.toshima.ne.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談受付時間：午前9時～午後4時 |
| 北区 | 社会福祉法人 北区 社会福祉協議会 | 北区くらしとしごと相談センター | 北区岸町1-6-17 北区立岸町ふれあい館 | 03-6454-3104 | 03-5948-6041 | kurashi@kitashakyo.or.jp | ・開所日：月曜日～金曜日 （祝日、年末年始は除く） ・開所時間：午前8時30分～午後5時15分（予約優先） |
| 荒川区 | | 生活福祉課自立支援係 | 荒川区荒川2-2-3 荒川区役所1階 | 03-3802-3111 内線2613/2636 | 03-3802-0050 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後4時30分 （正午から午後1時は除く） |
| 板橋区 | NPO法人 ワーカーズコープ | いたばし暮らしのサポートセンター板橋本部 | 板橋区栄町36-1 板橋区立グ リーンホール4階 | 03-6912-4591 | | — | ・相談曜日：月曜日から金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後7時 ※ただし、施設の保守点検日等にあたる場合は、午前9時～午後5時 |
| | | いたばし暮らしのサポートセンター赤塚分室 | 板橋区赤塚6-38-1 赤塚福祉 事務所内 | 03-6904-1332 | | — | ・相談曜日：月曜日から金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| | | いたばし暮らしのサポートセンター志村分室 | 板橋区蓮根2-28-1 志村福祉 事務所内 | 03-5948-7088 | | — | ・相談曜日：月曜日から金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 練馬区 | 社会福祉法人 練馬区 社会福祉協議会 | 生活サポートセンター | 練馬区豊玉北6-12-1 練馬区役所西庁舎3階 | 03-3993-9963 | 03-3993-1180 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 足立区 | | くらしとしごとの相談センター | 足立区梅島2-2-2 | 03-3880-5705 | 03-3880-5714 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日、第2土曜日、第4日曜日 （第2土曜日、第4日曜日以外の土曜日及び日曜日、祝祭日、年 末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後5時（火曜日、金曜日は午後7時まで） |
| 葛飾区 | 社会福祉法人 新栄会 | 自立相談支援窓口 | 葛飾区立石5-13-1 （葛飾区役所3階） | 03-5654-8625 | 03-5698-1530 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時00分 |

令和5年度 自立相談支援機関 問い合わせ先等一覧

令和5年9月1日時点

| 管轄地区 | 事業実施者 | 窓口名 | 住 所 | 電話番号 | FAX番号 | メールアドレス | 相談受付日時 |
|------|---------------------------|----------------------------------|---------------------------------|---|---------------|----------------------------------|---|
| 江戸川区 | 中高年事業団 やまて企業組合 | くらしごと相談室 中央 | 江戸川区中央1-3-17 | 03-5662-0085 | 03-3656-5869 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談受付時間：午前9時～午後4時 |
| | | くらしごと相談室 小岩 | 江戸川区東小岩6-9-14 | 03-5876-7730 | 03-3657-7663 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談受付時間：午前9時～午後4時 |
| | | くらしごと相談室 葛西 | 江戸川区東葛西7-12-6 | 03-5659-6626 | 03-5659-6615 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談受付時間：午前9時～午後4時 |
| 八王子市 | | 生活自立支援課 | 八王子市元本郷町3-24-1 | 042-620-7462 | 042-627-5956 | - | ・相談曜日：月曜日～金曜日(祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午前11時 午後1時～午後4時 |
| 立川市 | 社会福祉法人 立川市 社会福祉協議会 | 立川市くらし・しごとサポートセンター | 立川市富士見町2-36-47 | 042-503-4308 | 042-529-8714 | kurasapo@jcom.zaq.ne.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| | 株式会社シグマスタッフ | 立川市くらし・しごとサポートセンター就労 サポートたちかわ | 立川市高松町3-15-10オンダ ビル3階 | 042-595-9775 | 042-595-9819 | tachikawa-shu@sigma-staff.co.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 武蔵野市 | | 生活福祉課生活相談係 | 武蔵野市緑町2-2-28 | 0422-60-1254 | 0422-51-9214 | sec-seifuku@city.musashino.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 三鷹市 | 社会福祉法人 新栄会 | 三鷹市生活・就労支援窓口 | 三鷹市野崎1-1-1 三鷹市役所2階 | 0422-24-6083 | 0422-45-5376 | seikatsu@city.mitaka.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く) |
| 青梅市 | | 生活自立支援窓口 | 青梅市東青梅1-11-1 | 0428-23-5888 (直通) 0428-22-1111 (内線2178・2179) | 0428-24-3496 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く) |
| 府中市 | | 福祉総合相談 | 府中市宮西町2-24 | 042-335-4191 | 042-366-3669 | jiritsu01@city.fuchu.tokyo.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 昭島市 | 中高年事業団 やまて企業組合 多摩支店 | 昭島市くらし・しごとサポートセンター | 昭島市昭和町2-1-6-201A | 042-519-2033 | 042-519-2034 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 調布市 | 社会福祉法人 調布市 社会福祉協議会 | 調布ライフサポート | 調布市小島町2-47-1 | 042-481-7693 | 042-481-5115 | chofu-shakyo@ccsw.or.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 町田市 | | 地域福祉部生活支援課生活・就労相談 | 町田市森野2-2-22 | 042-724-4013 | 050-3101-1651 | fukushi020@city.machida.tokyo.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 小金井市 | 社会福祉法人 小金井市 社会福祉協議会 | 福祉総合相談窓口 | 小金井市本町5-36-17 (小金井市社会福祉協議会内) | 042-386-0295 | 042-386-1294 | koganei-jiritsu@joy.ocn.ne.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (土・日・祝日・年末年始を除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 ※休日窓口：原則第1日曜日(市役所休日窓口第1開庁日)午前9時～午後1時 |

令和5年度 自立相談支援機関 問い合わせ先等一覧

令和5年9月1日時点

| 管轄地区 | 事業実施者 | 窓口名 | 住 所 | 電話番号 | FAX番号 | メールアドレス | 相談受付日時 |
|-------|-------------------------------------|---|----------------------------------|-----------------------------|--------------|---|---|
| 小平市 | 社会福祉法人 小平市 社会福祉協議会 | こだいら生活相談支援センター | 小平市学園東町1-19-13 福祉会館4階 | 042-349-0151 | 042-349-0152 | sscenter@syakaifukushi.kodaira.tokyo.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 日野市 | | 健康福祉部 セーフティネットコールセンター くらしの自立相談支援窓口 みらいと | 日野市神明1-12-1 | 042-514-8574 | 042-583-4198 | s-net@city.hino.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| | 社会福祉法人 創隣会 | くらしの自立相談支援窓口みらいと サテライトセンター | 日野市多摩平3-5-21 | 042-514-9855 | — | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分（要予約） |
| 東村山市 | 中高年事業団 やまて企業組合 | 東村山市くらし・しごとサポートセンター ほっとシティ東村山 | 東村山市本町1-1-1 市民センター1階 | 042-306-3427 | 042-306-3428 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| | 中高年事業団 やまて企業組合 | 東村山市就労サポートセンター ジョブラ東村山 | 東村山市諏訪町1-3-10 東村山市立社会福祉センター1階 | 042-306-4510 | — | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 国分寺市 | 社会福祉法人 国分寺市 社会福祉協議会 | 自立生活サポートセンターこくぶんじ | 国分寺市戸倉4-14 福祉センター内 | 042-324-8401 | 042-324-8722 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 国立市 | | 福祉総合相談ふくふく窓口 | 国立市富士見台2-47-1 | 042-572-2111 | 042-576-2138 | fukufuku@city.kunitachi.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30～午後5時15分 |
| 福生市 | 特定非営利活動法人 インクルージョンセンター 東京オレンヂ | 福祉保健部 社会福祉課 福祉総務係 | 福生市本町5番地 | 042-551-1511 | 042-551-1877 | — | ・相談日：月曜日～金曜日（祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30～午後5時15分 （ただし、正午から午後1時までの間を除く） |
| 狛江市 | 公益社団法人 東京社会福祉士会 | こまYELL | 狛江市和泉本町1-1-5 | 03-3430-1111 内線(2925) | 03-3480-1133 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 東大和市 | 中高年事業団 やまて企業組合 多摩支店 | 東大和市くらし・しごと応援センター そえる | 東大和市中央3-930 | 042-563-2111 | 042-563-5928 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 清瀬市 | 中高年事業団 やまて企業組合 | きよせ生活相談支援センターいっぽ | 清瀬市元町1-11-21 | 042-495-5567 | 042-497-3222 | kiyose@yamate-kigyojp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 東久留米市 | | 東久留米市役所福祉総務課 | 東久留米市本町三丁目3番1号 | 042-470-7777 （内線2509） | 042-470-7808 | fukushisomu@city.higashikurume.lg.jp | 相談日：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く） 相談受付時間：9:00～16:00 （正午から13:00を除く） |
| 武蔵村山市 | | 市民なやみごと相談窓口 | 武蔵村山市本町1-1-1 | 042-565-1111 （内線155・156） | 042-565-1504 | chiiki-fukushi-tanto @city.musashimurayama.lg.jp | ・相談曜日：月曜日～金曜日 （祝祭日、年末年始は除く） ・相談時間：午前8時30分～午後4時30分 |
| 多摩市 | 中高年事業団 やまて企業組合 | しごと・くらしサポートステーション | 多摩市永山1-5 ベルブ永山2階 | 042-338-6942 | 042-338-6942 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 ・相談時間：午前9時～午後6時 ・相談曜日：土曜日 ・相談時間：午前9時～午後5時 （祝祭日、年末年始は除く） |

令和5年度 自立相談支援機関 問い合わせ先等一覧

令和5年9月1日時点

| 管轄地区 | 事業実施者 | 窓口名 | 住 所 | 電話番号 | FAX番号 | メールアドレス | 相談受付日時 |
|----------------------------|-------------------------------------|-----------------|---|-----------------------|--------------|---------------------------------|---|
| 稲城市 | 中高年事業団 やまて企業組合 | 福祉くらしの相談窓口 | 稲城市東長沼2111 稲城市役所2階 | 042-378-2111 内線209 | 042-378-5677 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談受付時間：午前8時30分～午後5時 |
| 羽村市 | | 生活自立相談窓口 | 羽村市緑ヶ丘五丁目2番地1 | 042-555-1111 内線107 | 042-555-7323 | — | 相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日・年末年始除く) 相談時間(8時30分～12時、13時～17時) |
| あきる野市 | | 生活・就労相談窓口 | あきる野市二宮350 あきる野市役所内 | 042-558-1927 | 042-558-1170 | | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時15分 |
| 西東京市 | ・西東京市 ・社会福祉法人 西東京市社会福祉協議会 | 生活サポート相談窓口 | 西東京市南町5-6-13 | 042-420-2809 | 042-420-2888 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時30分～午後5時 |
| 瑞穂町 日の出町 檜原村 奥多摩町 | 特定非営利活動法人 インクルージョンセンター 東京オレンジ | 西多摩くらしの相談センター | 青梅市河辺町6-4-1 青梅合同庁舎1階 | 0428-25-3501 | 0428-25-3502 | nishitama@kurashinosoudan.net | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 大島町 利島村 新島村 神津島村 | 中高年事業団 やまて企業組合 | 東京都大島支庁総務課福祉担当 | 大島町元町字赤禿90-14 ★令和5年5月8日～ 大島町元町字オランダシ222-1 | 04992-2-4421 | 04992-2-4424 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 三宅村 御蔵島村 | | 東京都三宅支庁総務課福祉担当 | 三宅村伊豆642 | 04994-8-5011 | 04994-2-1043 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前9時～午後5時 |
| 八丈町 青ヶ島村 | | 東京都八丈支庁総務課福祉担当 | 八丈町大賀郷2466-2 | 04996-2-1112 | 04996-2-3601 | S0000048@section.metro.tokyo.jp | 相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) 相談時間：午前9時～午後5時 |
| 小笠原村 | | 東京都小笠原支庁総務課行政担当 | 小笠原村父島字西町 | 04998-2-3230 | 04998-2-2152 | — | ・相談曜日：月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始は除く) ・相談時間：午前8時～午後5時15分 |