

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
千代田区	MIW相談室 一般相談	1	火・水・金曜日 16:30～20:30 木・土曜日 10:30～15:30	○	○			
	MIW相談室 女性弁護士の法律相談	1	第2火曜日 13:00～15:30	○	○			
	MIW相談室 LGBTs相談	1	第2・4木曜日 16:30～19:30	○	○			
中央区	「ブーケ21」女性相談	1	電話相談(※予約不要) 月曜日 10:00～16:00 (祝日・休日・年末年始を除く)	○	—			
			面談・電話相談(※予約制) 第1・5水曜日、第4火曜日 10:00～16:00 第2火曜日、第3水曜日 15:30～20:30 (祝日・休日・年末年始を除く)	○	○			
港区	男女平等参画センター 「心のサポートルーム」リーブラ相談室	1	【一般相談】 月～土曜日 10:00～16:00 火曜日・金曜日 18:00～21:00	○	○ (予約制)			
			【法律相談】 第1木曜日(原則)	—	○ (予約制)			
新宿区	悩みごと相談室(男女共同参画推進センター)	1	月～土曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)	○	○ (予約制)			
	悩みごと相談室(区役所第一分庁舎)	3	月曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)	○	○ (予約制)			
	悩みごと相談室 (男性相談員)	1	土曜日 13:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)	○	○ (予約制)			
	DV相談ダイヤル	—	月～金曜日 9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)	○	○ (予約制)			
文京区	文京区男女平等センター相談室	2	【電話・面談相談】※予約制 月曜日 10:00～16:00 水曜日 14:00～20:00 金曜日 10:00～20:00 【SNS相談】 火曜日・木曜日・土曜日 14:00～20:00 (いずれも祝日・年末年始を除く)	○	○	—	○	
	女性相談・DV相談	3	月～金曜日 9:00～17:00	○	○	—	—	—

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
台東区	こころと生きかたなんでも相談	1	火・土曜日 10:00～16:00 水・木曜日 17:00～21:00	○	○			
	女性弁護士による法律相談	1	第2水曜日 13:00～16:00 第3木曜日 10:00～13:00 第4火曜日 16:00～19:00	—	○			
	たいとうパープルほっとダイヤル	—	月～土曜日(第1・第3・第5月曜日(祝日の場合は翌平日)を除く)	○	○ (予約制)			
墨田区	女性のためのカウンセリング&DV相談	1	月・火・水(第2水除く)・金曜日・第2、第4土曜日10:00～16:00 第2木曜日 15時～20時	○	○			
江東区	女性のなやみとDV相談	1	面接相談 月～土曜日(電話で事前予約受付) 電話相談 月～土曜日9:00～17:00(木曜のみ20:00) ※年末、年始、祝日除く	○	○ (予約制)			
	女性のための法律相談	1	水曜日 13:00～16:00	—	○ (予約制)			
品川区	法律相談	2	第1水曜日 13:00～16:00 第2火曜日 13:00～16:00 第3月曜日 17:30～20:00	—	○ (予約制)			
	カウンセリング相談	2	第1・2・5木曜日 10:00～15:30 第3木曜日 10:00～19:30	○	—			
	カウンセリング相談	2	第4木曜日 13:00～16:00	—	○ (予約制)			
	DV相談	2	金曜日 13:00～16:00 (第2金曜のみ17:30～20:30)	○ (予約制)	○ (予約制)			
目黒区	こころの悩みなんでも相談	1	火・木・金・土曜日 10:00～16:00 水曜日 18:00～21:00 (祝日、年末年始を除く)	○	○			
	からだの相談	1	第1・3土曜日 10:00～12:00 (祝日、8月、年末年始を除く)	○	○			
	法律相談	1	第2・4土曜日 9:30～12:05 (祝日、8月、年末年始を除く)	—	○			
	目黒区男女平等・共同参画オンブズ	1	電話予約の上、応相談	—	○			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
大 田 区	女性のためのたんぽぽ相談 (こころの悩み相談／働く女性のための悩み相談)	2	毎週月曜日 10:00～13:00 毎週火曜日 13:00～16:00 毎週水曜日 18:00～21:00 毎週木曜日 13:00～16:00 毎週金曜日 10:00～13:00 毎週土曜日 13:00～19:00	○	○			
	DV相談	2	月～金曜日 9:00～17:00	○	○			
	男性相談	2	第2・4金曜日 17:00～20:00	○	-			
世 田 谷 区	女性のための悩みごと・DV相談	1	火曜日 10:00～13:00、14:00～16:00、17:00～20:00 水曜日 14:00～16:00、17:00～20:00 木曜日 12:00～13:00、14:00～16:00、17:00～20:00 土・日曜日 10:00～13:00、14:00～16:00 ※令和3年6月1日より、下記時間帯に変更 火・水・木曜日 12:00～16:00、17:00～20:00 土・日曜日 10:00～13:00、14:00～16:00	○	○	○		
	女性のための働き方サポート相談	1	土曜日(第5週を除く) 10:00～13:00、14:00～16:00	○	○			
	セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば電話相談	1	第1・第3金曜日14:00～17:00、第2・第4金曜日 18:00～21:00	○	-			
	男性電話相談	1	第2土曜日 18:00～21:00	○	-			
渋 谷 区	法律相談	1	火曜日 13:00～16:00(年24回)	○	○			
	悩みごと何でも相談	1	金曜日 13:00～16:00(年24回)	○	○			
	にじいろ電話相談	1	土曜日 13:00～16:00(年24回)	○	○			
	にじいろパートナーシップ法律相談	1	土曜日 13:00～16:00(年12回)	○	○			
中 野 区	女性相談	3	月～金曜日 8:30～17:00	○	○			
杉 並 区	一般相談	1	月～金曜日 9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)	○	○			
	DV相談	1	月～金曜日 9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)	○	○			
	法律相談	1	木曜日 13:30～16:30(月1回18:30～20:30)	-	○			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
豊 島 区	一般相談	1	月～土曜日9:00～17:00(12:00～13:00及び毎月最終月曜日を除く)	○	○			
	専門相談(法律)	1	第1金曜日 13:30～16:30 第3金曜日 18:00～21:00	—	○			
	専門相談(こころ)	1	第2水曜日 13:30～16:30 第4火曜日 18:00～21:00	—	○			
	専門相談(DV)	1	第1水曜日 18:00～21:00	—	○			
北 区	こころと生き方・DV相談	1	毎週火曜日 10:00～16:50 第1・5水曜日 15:00～19:50 第2・4水曜日 13:00～17:50 第3水曜日 10:00～14:50、17:00～19:50 第1・3・5金曜日 10:00～15:50 第1・3土曜日 10:00～11:50 第2・4土曜日 10:00～15:50 第1・3日曜日 10:00～15:50 ※男性相談(男性相談員による電話相談:1回30分) 第1木曜日 16:00～19:30 第3土曜日 13:00～16:30	○	○	—	—	—
	北区DV専用ダイヤル	1	祝日・年末年始・施設点検日を除く 火～金曜日 9:00～17:00	○	—	—	—	—
	法律相談	1	第1土曜日 9:30～11:45 第3木曜日 17:00～19:15	—	○	—	—	—
	スペースゆう・にじいろ電話相談	1	第1土曜日 14:00～17:00 第4木曜日 17:00～20:00	○	—	—	—	—
荒 川 区	こころと生き方・DVなんでも相談	1	第1水曜日 17:00～20:00 第1金・第2水・第4水曜日 10:00～16:00 第2金・第3水金曜日 14:30～20:00 第2土曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)	○	○			
	LGBT相談	1	第4火曜日 14:00～16:00	○	○			
	女性相談	3	月～金曜日 8:30～17:15	○	○			

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
板 橋 区	総合相談	1	月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00 第2土曜日 9:00～17:00	○	○			
	女性のための働き方サポートとフェミニスト相談	1	第2・4・5水曜日(祝日・年末年始を除く) 10:00～12:00 13:00～16:00 第2土曜日 10:00～12:00 13:00～16:00	○	○			
	DV専門相談	1	月・木曜日(祝日・年末年始を除く) 10:00～12:00 13:00～17:00 第2土曜日 10:00～16:00	○	○			
	いたばし(あい)ダイヤル	2	月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	○	-			
練 馬 区	総合相談	1	年末年始および施設点検日を除く毎日 9:00～19:00(祝日は17:00まで)	○	○			
	性的マイノリティ相談	1	第3土曜9:00～17:00	○	○			
	心の相談	1	年末年始および施設点検日を除く 月～土曜日 10:00～19:00(祝日は17:00まで)	-	○			
	配偶者等の暴力(DV)に対する専門相談	1	年末年始および施設点検日を除く 月曜日 9:00～17:00 水曜日 10:00～19:00 金曜日 10:00～19:00(毎月第1金曜は本庁内で9:00～17:00)	-	○			
	法律相談	1	年末年始および祝日を除く 土曜日 13:00～16:00	-	○			
	ねりまDV専用ダイヤル	2	年末年始および施設点検日を除く 月～金曜日 9:00～21:00 土・日曜日 9:00～19:00 祝日 9:00～17:00	○	-			
	DV相談	2	年末年始および祝日を除く 月～金曜日 8:30～17:15	○	○			
足 立 区		1	月・火・金曜日 10:00～12:00 13:00～16:00 水・木曜日 15:00～20:00 (祝日・年末年始を除く)	○	○			
	男性電話DV相談	1	月・火・金曜日 11:00～12:00 13:00～15:00 水・木曜日 16:00～19:00 (祝日・年末年始を除く)	○	-			
	あだちLGBT相談窓口	1	原則毎月第1月曜日 17:00～20:00 第3土曜日 14:00～17:00 (月によって変更になる場合あり)	○	○			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
葛 飾 区	悩みごと相談	1	月・火・木・金曜日 10:00～17:00 水曜日 13:00～20:00(17:00以降は電話相談のみ、男性可能) (祝休日・年末年始を除く)	○	○			
	法律相談	1	火曜日 13:30～16:30 (祝休日・年末年始を除く)	○	○			
	女性に対する暴力相談(DV相談)	1	月・木曜日 10:00～17:00 (祝休日・年末年始を除く)	○	○			
	性自認・性的指向に関する相談(LGBTs相談)	1	毎月1回 土曜日 3時間(祝休日・年末年始を除く)	○	○			
江 戸 川 区	「大人のなんでも相談」	1	月～金曜日 8:30～17:00	○	○			
	DV相談	1	月～金曜日 9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)	○	○			
	法律相談	1	月・金曜日 13:00～16:00 水曜日 10:00～13:00 第3土曜日 13:30～16:30	—	○			
八 王 子 市	女性のための相談	1	木曜日 13:00～16:00	○	○			
	女性のためのカウンセリング	1	水曜日・土曜日 9:00～12:00 第4月曜日 13:00～16:00 第2・3金曜日 16:00～19:00	○	○			
	女性のための弁護士相談	1	第4土曜日 14:00～17:00	○	○			
	一般相談	1	年末年始を除く毎日 9:00～19:00(日曜、祝・休日は17:00) 休館日(原則第1火曜日)は、9:00～17:00	○	○			
	LGBT電話相談	1	奇数月の第4水曜日 15:30～18:30	○	—			
立 川 市	カウンセリング相談	2	火・水・土曜日 13:00～17:00	○	○			

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
武 蔵 野 市	法律相談(障害者法律相談含む)	3	月・水・金曜日 10:00～12:00、13:15～16:00 (障害者法律相談は第3火曜日 10:00～12:00、13:30～16:00)	○ (障害者法律相談)	○			
	人権相談	3	第2木曜日 13:00～16:00	—	○			
	女性総合相談	1,2	第1土曜日 13:00～15:50 第2金曜日 18:00～20:50 第4火曜日 9:00～11:50	○ (予約制)	○ (予約制)			
	女性法律相談	1,2	第1土曜日 9:30～12:00	○ (予約制)	○ (予約制)			
	むさしのにじいろ電話相談(性的指向・性自認に関する相談)	1,2	第2水曜日 17:30～20:30	○	○ (予約制)			
	ひとり親家庭相談	3	月～金曜日 9:00～17:00(祝日・年末年始を除く)	○	○			
三 鷹 市	こころの相談室	2	木・土曜日 13:00～17:00(祝休日・年末年始を除く)	○	○			
	こころの相談ダイヤル	2	第2火曜日13:00～16:00、第4火曜日 17:00～20:00	○	—			
	男女平等参画相談員	2	個別に日程調整	—	○			
青 梅 市	法律相談	3	水曜日(毎週)、月曜日(不定期) (月約6回) 14:00～17:00	○	○			
	身の上相談	3	第3火曜日 14:00～16:00	—	○			
	母子女性相談	3	月～金曜日 9:00～17:00	○	○			
府 中 市	女性問題相談	1	月・火・木・土曜日 9:00～17:00(12:00～13:00は除く) 水・金曜日 9:00～21:00(12:00～13:00、17:00～18:00は除く) (日曜・祝日・年末年始・休館日を除く)	○	○			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
昭 島 市	女性のためのカウンセリング	2	水曜日 13:00～16:00	○	○			
	男性のためのカウンセリング	2	水曜日 16:30～19:00	○				
	ひとり親・女性相談	2	月～金曜日 8:30～17:00	○	○			
	悩みごと相談	2	月～金曜日 9:00～17:00	○	○			
調 布 市	女性の生きかた相談	2	木曜日・第2・4金曜日 10:00～15:50 第1月曜日 16:00～19:50 電話相談 第1・2・3木曜日 10:00～15:30(12:00～13:00は除く)	○	○			
	女性のための法律相談	2	第2・3火曜日 10:00～12:15 第4火曜日 16:10～19:00	—	○			
	女性のヘルスケア相談(思春期～更年期)	2	第4水曜日 13:10又は13:55～16:50	○	○			
	女性のための仕事&生活サポート相談	2	第3金曜日 10:00～15:50	—	○			
	働く女性の人生相談	2	第2水曜日 16:00～19:50	—	○			
町 田 市	女性悩みごと相談	1	祝日・年末年始を除く 月・火・木・金・土 曜日 9:30～16:00 水曜日 13:00～20:00(第3水曜日は除く)	○	○			
	LGBT電話相談	1	毎月第2水曜日 15:00～20:00(祝日を除く)	○				
小 金 井 市	女性総合相談	2	年間59回(原則、金曜日とその他月に1日) 13:30～16:30	○	○			
	苦情処理窓口	2	必要に応じて適宜実施	○	○			
小 平 市	女性相談	2	月曜日 10:00～18:00 (年末年始・祝日を除く) 火～土曜日 10:00～16:00 (年末年始・祝日を除く)	○	○			
日 野 市	女性相談	2	火曜日 18:00～21:00(年末年始、祝日及び第5週を除く) 水曜日 9:45～16:00(年末年始、祝日及び第5週を除く) 金曜日 13:30～16:30(年末年始、祝日及び第2,4,5週を除く)	○	○			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
東 村 山 市	男女共同参画に関する相談	2	月～金曜日 9:00～16:00	○	○			
	女性相談(心の相談)	2	第2・3火曜・土曜日 10:00～12:00、13:00～15:00 (祝日・年末年始を除く) 第1・4火曜日 10:00～12:00、13:00～19:00 (年末年始を除く、祝日の場合は要問合せ) 第3金曜日 15:00～19:00(祝日の場合は要問合せ)	○	○			
	母子相談	3	月～金曜日 9:00～16:00	○	○			
国 分 寺 市	女性のためのカウンセリング	2	原則、第2・4火曜日 13:30～16:30	○	○			
	女性法律相談	2	原則、第3木曜日 13:30～16:30	—	○			
	母子・女性福祉相談	3	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00(受付は4時まで 予約制)	○	○			
	女性の悩みごと相談(女性への暴力など)	2	月～金曜日(祝祭日を除く) 9:00～12:00 13:00～17:00 (受付は4時まで)	○	○	○		
	犯罪被害者等支援相談窓口	2	月～金曜日(祝祭日を除く) 9:00～12:00 13:00～17:00 (受付は4時まで)	○	○	○		
国 立 市	子ども総合相談	3	月～金曜日(祝日・年末年始除く) 8:30～17:00	○	○			
	女性相談	2	月～金曜日(祝日・年末年始除く) 8:30～17:00	○	○			
	女性のための法律相談	3	第3金曜日9:00～11:30(要予約)	—	○			
	夜間・休日女性相談	2	月・水・金曜日 19:00～22:00 土・日・祝日 17:00～22:00	○	—			
	生きかた相談	1	月～金曜日 10:00～12:00 13:00～18:00 土・日・祝日 9:00～12:00 13:00～16:00	○	○			
	みらいのたね相談(就労相談)	1	第3土曜日 10:00～12:00	○	○			
	悩みごと相談	1	第2水曜日 15:00～18:00	○	○			
	法律相談	1	第2・4土曜日 13:30～16:00	○	○			
	SOGI相談	1	第2火曜日 16:00～18:00 第4日曜日 14:00～16:00	○	○			
福 生 市	女性悩みごと相談	3	羽村市と共同で水曜日に実施。 福生市は第2・第4水曜日9:00～13:00。どちらの市でも受けられる。	○	○			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
狛 江 市	女性のためのカウンセリング	2	第2・4水曜日 9:00～12:00	—	○			
	ひとり親相談・婦人相談	3	月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:00	○	○			
東 大 和 市	男女共同参画相談	2	(予約制)月～金曜日 9:00～17:00	○	○			
清 瀬 市	一般相談	1	毎月第1・3・5火曜日・木曜日 10:00～16:00 第2・4金曜日 10:00～16:00 第3木曜日のみ 17:30～21:00	○	○			
	法律相談	1	毎月第2・4火曜日 14:00～16:00	○	○			
	DV相談	1	毎週水曜日(第4週を除く)、毎月第2・4木曜日 10:00～16:00	○	○			
	しごと相談	1	不定期第1金曜日	○	○			
東 久 留 米 市	女性弁護士による法律相談	1	原則第1金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:30～12:30	○	○			
	女性の悩みごと相談	1	原則月曜日(祝日・年末年始を除く) 奇数週10:30～15:30 偶数週12:30～16:30	○	○			
武 蔵 村 山 市	こころの保健室	1	女性相談員 奇数月第2土曜 14:00～16:00 男性相談員 偶数月第2土曜 14:00～16:00	○	○			
	女性弁護士による法律相談	1	毎月第3水曜日 17:00～19:00 毎月第3土曜 14:00～16:00	○	○			
	母子・女性相談	3	月～金 9:00～16:00	○	○			
多 摩 市	女性を取り巻く悩みなんでも相談	1	木曜日(電話) 10:00～13:00、13:30～16:30 火・金曜日(面接) 9:30～12:30 土曜日(面接) 13:30～16:30	○	○	—	—	—
	女性のための法律相談	1	第3水曜日 9:30～12:00	—	○	—	—	—
	LGBT電話相談	1	奇数月第3火曜日 16:00～20:00 偶数月第3火曜日 14:00～18:00	○	—	—	—	—

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
稲 城 市	いなぎ女性の悩み相談	2	第1・3水曜日、第4土曜日 10:00-13:00 14:00-16:00	○	○			
	母子及び父子・婦人相談	3	平日 9:00-10:00、10:30-11:30、14:00-15:00、15:30-16:30	○	○			
	法律相談	3	第1・3・4火曜日、第1・2・3・4木曜日、第2日曜日 9:00-12:00	—	○			
	人権・身の上相談	3	第1・3金曜日 13:30-16:30	—	○			
羽 村 市	女性悩みごと相談	3	第1・3・5水曜日 13:30~16:30 ※福生市(第2・4水曜日)9:00~13:00と共同実施	○	○			
あ き る 野 市	法律相談	3	第1木曜日(五日市出張所)、第2・4火曜日(市役所) 13:30~16:30	—	○			
	人権身の上相談	3	第4金曜日 13:30~16:30(偶数月は市役所、奇数月は五日市出張所)	—	○			
	母子・父子相談、女性相談	3	月曜日~土曜日(祝日、第3水曜日、年末年始は除く) 電話相談:8時30分~18時30分 窓口相談:10時~18時30分	○	○			
西 東 京 市	女性相談(悩みなんでも相談)	1	月・火曜日 10:00~13:00・14:00~16:00 水・金曜日 10:00~12:00・13:00~16:00 木曜日 10:00~12:00・13:00~17:00・18:00~20:00	○	○			
瑞 穂 町	DV相談	3	電話 月~金曜日 8:30~17:00	○	○			
日 の 出 町	総合相談	3	第2水曜日 13:00~16:00	—	○			
檜 原 村	人権相談	3	第2木曜日 13:00~16:00	—	○			
	DV相談	3	電話 月~金曜日 8:30~17:00	○	○			
奥 多 摩 町	人権身の上・行政相談	3	毎月第2木曜日 13:00~16:00	—	○			
大 島 町	—	0	—	—	—			
利 島 村	—	0	—	—	—			
新 島 村	—	0	—	—	—			
神 津 島 村	—	0	—	—	—			
三 宅 村	—	0	—	—	—			

【実施部署】1:男女平等参画センター等 2:男女平等参画担当課 3:上記2以外の本庁相談窓口

8 相談体制

区市町村	相談の名称	実施部署	実施日・時間帯	種 別				
				電話	面接	メール	SNS	その他
御 蔵 島 村	—	0	—	—	—			
八 丈 町	—	0	—	—	—			
青 ケ 島 村	—	0	—	—	—			
小 笠 原 村	—	0		—	—			
東 京 都	一般相談	1	毎日(年末年始を除く) 9:00~21:00	○	○			
	法律相談	1	週2回(年末年始、祝日を除く) 14:00~17:00	—	○			
	精神科医師による相談	1	週1回(年末年始、祝日を除く)	—	○			
	男性のための悩み相談	1	月・水(年末年始、祝日を除く) 17:00~20:00 土(年末年始、祝日を除く) 14:00~17:00 ただし、面接は水曜日のみ 19:00~20:00	○	○			