

なんとなく心や体が不調なとき

江北保健センター ※令和7年4月21日
☎ 03-3896-4011 移転

千住保健センター
☎ 03-3888-4278

竹の塚保健センター
☎ 03-3855-5093~4

中央本町地域・保健総合支援課
☎ 03-3880-5352

東部保健センター
☎ 03-3606-4171
月～金 8:30-17:00

東京都立精神保健福祉センター
☎ 03-3844-2212
月～金 9:00-17:00

生活や仕事について悩みがあるとき

〈福祉まるごと相談課〉
☎ 03-3880-5705・03-5888-4571
月・水・木 9:00-17:00
火・金 9:00-19:00
第2土曜日・第4日曜日 9:00-17:00

こども・子育てについての

悩みがあるとき

〈こども支援センターげんき〉
子育て、こどもの虐待、
不登校、発達に関する相談
☎ 03-3852-3535
8:30-17:00（日曜祝日を除く）

身近な人からの暴力や嫌がらせがあるとき

〈男女参画プラザ〉
■ 女性相談（DV相談）予約制
家庭、職場、自分自身の生き方、
地域における女性を取り巻く様々な悩みの相談
☎ 03-3880-5222
月・火・金 10:00-12:00/13:00-17:00
水・木 14:00-20:00

〈足立区配偶者暴力相談支援センター〉
☎ 03-3880-5297
月～金 8:30-17:15
（祝日・年末年始を除く）

〈東京ウィメンズプラザ〉
☎ 03-5467-2455（女性用）
9:00-21:00（年末年始を除く）

死にたいほどつらいとき

〈東京都自殺相談ダイヤル〉
～こころといのちのほっとライン～
☎ 0570-087478
12:00-翌朝 5:30（年中無休）
〈東京都夜間こころの電話相談〉
☎ 03-5155-5028
17:00-22:00（年中無休）
受付は21:30まで

介護について悩みがあるとき

〈基幹地域包括支援センター〉
☎ 03-6807-2460
月～土 9:00-17:00

※特に表記がない限り、原則として祝日・
年末年始を除きます。 令和7年2月発行