相談窓口 ※いずれも祝・休日を除く

この他にも相談窓口を設置しています。
オンライン予約は、こちらから

予＝予約制（予約方法 Web 電話）

	事業名	日時（令和8年）		問い合わせ・申し込み
くらし・手続き 法律・行政	法律相談 予（Web 電話）オンライン相談もあります	第3（木）	9:00～12:00	広報広聴課（電5722-9424）
		毎週（水）、第1・2・5（木）	13:00～16:00	
		第4（木）※来庁相談のみ	18:00～20:00	
	税務相談 予（Web 電話）	毎週（火）	13:00～16:00	
	不動産取引相談 予（Web 電話）	第2・4（月）		
	登記相談 予（Web 電話）	第1（金）、第3（月）		
	境界相談 予（Web 電話）	第3（月）		
	年金・労務相談 予（Web 電話）	第3（金）		
	行政書士相談 予（Web 電話）	第4（金）		
	行政相談 予（Web 電話）	第1（月）		
くらし・手続き 生活	ライフプラン相談 予（Web 電話）	第2（金）	13:00～16:00	広報広聴課（電5722-9424）
	住宅増改修相談	第2・4（金）	10:00～16:00	住宅課居住支援係（電5722-9878）
	消費生活相談 オンライン相談もあります	毎週（月）～（金）	9:30～16:30。当日受け付けは16:00まで	消費生活センター相談コーナー（電3711-1140）
くらし・手続き 人権・男女平等	人権身の上相談 予（電）	第1・3（木）	13:00～16:00。当日受け付けは15:00まで	人権政策課人権・同和政策係（電5722-9280）
	女性のためのこころの悩みなんでも相談 予（電）	毎週（火）～（土）（祝・休日を除く）	10:00～16:00	人権政策課男女平等センター係（電5721-8572）
	女性のための法律相談 予（電）	第2・4（土）	9:30～12:05	人権政策課男女平等センター係（電5721-8570）
	女性のためのからだの相談 予（電）	第1・3（土）	10:00～12:00	人権政策課男女平等センター係（電5721-8573）
	LGBT相談	第3（土）	14:00～17:00	人権政策課男女平等センター係（電5721-8583）
	※人権政策課男女平等センター係の相談事業は、3月まで、区民相談室（総合庁舎本館1階）に移転します			
子育て・教育	子育て総合相談	毎週（月）～（土）	8:30～17:00	こども家庭センター利用者支援係（電3715-2641）
	子ども相談室「めぐろ はあと ねっと」	毎週（水）～（土）	10:00～17:00	めぐろ はあと ねっと（子どもの権利擁護委員制度）0120-324-810
	少年相談 予（Web 電話）	第3（火）	13:00～16:00	広報広聴課（電5722-9424）
	思春期・青年期の親の会 予（電）	〈個別〉2月16日（月）15:15～15:45 〈グループ〉2月16日（月）13:30～15:00		地域保健課保健相談係（電5722-9504）
健康・福祉 健康・衛生	みんなの栄養相談 ※予約は1月16日から実施日の7日前まで	〈食生活や生活習慣病の栄養相談〉 予（電）2月2日（月）①9:15②10:15③11:15から 2月26日（木）①13:15②14:15③15:15から		地域保健課 地域保健サービス係（電5722-9390）
		〈乳幼児の食事相談〉 予（Web）2月2日（月）①13:15②14:15③15:15から 2月26日（木）①9:15②10:15③11:15から		

	事業名	日時（令和8年）		問い合わせ・申し込み
健康・福祉 健康・衛生	依存問題等家族相談 予（電）	〈個別〉2月3日（火）13:50～16:00 2月4日（水）9:30～11:20 2月17日（火）15:15～15:45 〈グループ〉2月17日（火）13:30～15:00		地域保健課保健相談係（電5722-9504）
	歯科衛生相談 予（Web 電話）	2月3日（火）・17日（火）・25日（水）時間はお問い合わせください		地域保健課 地域保健サービス係（電5722-7057）
	精神保健相談（専門医による） 予（電）	2月5日（木）13:30～15:30 2月9日（月）・18日（水）9:30～11:30		地域保健課保健相談係（電5722-9504）
	精神保健家族会 予（電）	2月16日（月）13:30～15:30		
	HIV・性感染症相談・検査 予（Web）※予約は実施月の1日から	2月16日（月）9:00～11:00		保健予防課 感染症対策係（電5722-9896）
	B型・C型肝炎ウイルス検査 予（電）	2月6日（金）8:45～10:30		保健予防課保健管理係（電5722-9396）
	健康相談	毎週（月）～（金）（祝・休日を除く）8:30～17:00		地域保健課 保健相談係（電5722-9504）
	パーキンソン教室 予（電）	2月25日（水）14:00～15:30		
健康・福祉 福祉	福祉の総合相談窓口（福祉のコンシェルジュ）オンライン相談もあります ❶ふくしの相談 ❷くらしの相談 ❸住まいの相談 ❹ひきこもりの相談	毎週（月）～（金）	8:30～17:00	❶福祉総合課 ふくしの相談係（電5722-9064） ❷福祉総合課 くらしの相談係（めぐろくらしの相談窓口）（電5722-9370） ❸福祉総合課 くらしの相談係（住まいの相談窓口）（電5722-7237） ❹ひきこもり相談専用ダイヤル（電5722-9363） ※いずれもFAX5722-9062
	福祉の相談窓口 予（電）（サンデーコンシェルジュ）	第4（日）	9:00～17:00	福祉総合課ふくしの相談係（電5722-9064、FAX5722-9062）
	保健福祉サービス苦情調整委員による相談	週1回	午前または午後	権利擁護センター「めぐろ」（電5768-3963）
仕事	創業相談室 予（Web）	毎週（火）～（金）	13:00～16:00	受発注創業相談室（電3711-1185）
	受発注情報室	毎週（月）～（金）	10:00～11:30	
	内職相談		8:30～17:00	高齢福祉課いきがい支援係（電5722-9719）
	就労相談（ワークサポートめぐろ）		9:00～17:00	ハローワーク相談室（電5722-9326）
			10:00～17:00	キャリア相談コーナー（電5722-9632）

外国人のための相談 Consultation Service for Foreigners 外国人咨询	English（英語）	Mon.–Fri.	9:00～12:00、13:00～17:00	電5722-9187
	中文（中国語）	星期一～五	10:00～12:00、13:00～17:00	電5722-9194

休日（日曜・祝・休日）、土曜日、平日夜間などの診療・調剤案内

※事前連絡が必要です

内科・小児科

鷹番休日診療所	（土）17:00～21:30（休）9:00～11:30、13:00～16:30、17:00～21:30 鷹番2-6-10 目黒区医師会館別館内		3716-5311
中目黒休日診療所	（休）9:00～11:30、13:00～16:30 総合庁舎別館内		5721-6110
八雲休日診療所	※インフルエンザ流行期（2月まで）のみ開所します （休）9:00～11:30、13:00～16:30 八雲1-1-8 区民キャンパス 心身障害者センター内		5701-2492
平日夜間 小児初期救急診療 祝・休日を除く 19:00～21:45	月・火曜日	ロコクリニック中目黒 青葉台1-23-4	5722-6565
	水・木曜日	東邦大学医療センター大橋病院 大橋2-22-36	3468-1251
	金曜日	総合病院厚生中央病院 三田1-11-7	3713-2141

調剤

鷹番休日薬局	（土）17:00～22:00（休）9:00～22:00 鷹番1-7-11	3792-6260
中目黒休日薬局	（休）9:00～17:00 総合庁舎別館内	3792-6190
八雲休日薬局	※インフルエンザ流行期（2月まで）のみ開所します （休）9:00～17:00 八雲1-1-8 区民キャンパス 心身障害者センター内	5701-2587

歯科 9:00～11:30、13:00～16:30

1月18日（日）	おちあい歯科クリニック 原町1-6-3	3791-5511
1月25日（日）	アーク歯科・矯正歯科 鷹番2-19-3-3階	3760-9191

医療を探す 医療機関・薬局検索 **医療情報ネット（ナビイ）**

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」 5272-0303（24時間対応）

医療の相談 区内診療所の相談・苦情など **医療相談窓口専用電話** 5722-6852

◎紙面上では市外局番「03」の表記を省略しています ◎電話で問い合わせなどが難しいかたはFAXをご利用ください