

# 相 談

※特定の記載がない限り、祝日・年末年始は除きます

種別	相談名・内容	日 時※	問い合わせ先
法律・手続き	一般相談(面談・電話) 生活の中での困り事などについて、区職員が相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時 (受け付けは午後4時半まで)	区民の声課(区民相談) ☎5722-9526 ㊟5722-9395
	法律相談(面談)(予約制) 土地・建物、家庭、金銭、相続、近隣など法律問題全般について、弁護士が相談をお受けします	毎週水曜日、第1・2・5木曜日午後1時～4時、 第3木曜日午前9時～正午、第4木曜日午後6時～8時(いずれも祝日の場合は翌日)、予約は相談日前週の水曜日から受け付け(午前8時半～午後5時に電話・窓口で)	
	税務相談(面談)(予約制) 所得税、住民税、相続税、贈与税など税金に関することや、帳簿の付け方などについて、税理士が相談をお受けします	第1・2・3・4火曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時～4時 予約は相談日前週の火曜日から受け付け(午前8時半～午後5時に電話・窓口で)	
	不動産取引相談(面談)(予約制) 土地・建物の売買、地代、賃貸契約など不動産関係について、宅地建物取引士が相談をお受けします	第2・4木曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時～4時 予約は相談日前週の月曜日から受け付け(午前8時半～午後5時に電話・窓口で)	
	登記・成年後見制度相談(面談)(予約制) 土地・建物の登記、抵当権設定、法人登記、境界標などや成年後見制度について、司法書士と土地家屋調査士が相談をお受けします	第3月曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時～4時 予約は相談日前週の月曜日から受け付け(午前8時半～午後5時に電話・窓口で)	
	年金・労務相談(面談) 厚生年金、国民年金、遺族年金、健康保険、労災保険、雇用保険および労務管理などについて、社会保険労務士が相談をお受けします	第3金曜日(祝日の場合は翌週の月曜日) 午後1時～4時 (受け付けは午後零時半～3時)	区民の声課(専門相談受付) ☎5722-9424 ㊟5722-9395
	行政書士相談(面談) 営業許可申請、会社設立などの手続き、帰化等許可申請、内容証明・遺言書・契約書の作成に関する事などについて、行政書士が相談をお受けします	第1月曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時～4時 (受け付けは午後零時半～3時)	
	行政相談(面談) 国の行政機関および特殊法人等が行う業務への意見や苦情などについて、行政相談委員が相談をお受けします。必要に応じて、相談日以外に行政相談委員に相談することもできます  行政相談委員(五十音順) 大塚 経子 ☎3494-1205 岡田 幸子 ☎3716-0306(勤務先) 野澤 英隆 ☎3460-5878 林 幸子 ☎3724-7181 保理 和良 ☎3711-0822 茂出木茂春 ☎3411-3533	第1月曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時～4時 (受け付けは午後零時半～3時)	
事故	交通事故相談(面談・電話) 損害賠償ほか交通事故全般について、法律や手続きに詳しい相談員が相談をお受けします	月～金曜日 午前9時～午後4時	品川交通事故相談所 ☎5742-2061
		月～金・日曜日 午前8時半～午後4時	大田交通事故相談所 ☎3755-6596
外国人	外国人相談 英語や中国語・ハングル・タガログ語を話す相談員が行政サービスや区の施設、催しの案内、日常生活のアドバイスなどを行っています	英語＝月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～5時 中国語＝月・火・水・金曜日* ハングル＝第1・3木曜日* タガログ語＝第2・4木曜日* *午前10時～正午、午後1時～5時	外国人相談窓口 英語 ☎5722-9187 中国語・ハングル・タガログ語 ☎5722-9194
住 宅	建築無料相談 専門の建築士が、耐震診断、耐震改修などの相談をお受けします 参照 P75	毎月第2水曜日午後1時半～4時 開催しない月もありますのでお問い合わせください	建築課耐震化促進係 ☎5722-9490 ㊟5722-9597
	住宅の増改修などの相談 住宅の修繕、増改修を希望されるかたに区内関連団体で構成する「目黒区住宅リフォーム協会」を通じて施工業者を紹介しています。また、施工業者による増改修に関する直接相談も実施しています	目黒区住宅リフォーム協会による 【電話相談】月～金曜日 午前10時～午後5時 【施工業者直接相談】 総合庁舎本館1階西口ロビー 第2・4金曜日(8月の第2金曜日、1・2月を除く)(祝日の場合は前日)午前10時～午後4時	目黒区住宅リフォーム協会 ㊟0120-594-888 住宅課居住支援係 ☎5722-9878 ㊟5722-9325

種別	相談名・内容	日 時※	問い合わせ先	
子ども・教育	保育園入園相談 保育園の入園などについて	月～金曜日午前8時半～午後5時	保育課保育施設利用係 ☎5722-9868	
	子育て相談	子どもとの接し方・ほめ方・しかり方・気になっていること何でもご相談ください	月～金曜日午後1時～2時半	菅刈保育園子育てふれあいひろば 青葉台2-10-27 ☎3462-0886
			土曜日午後1時半～4時	第二上目黒保育園子育てふれあいひろば 上目黒2-15-8 ☎3719-8658
			火・金曜日午後2時～4時	目黒保育園子育てふれあいひろば 目黒1-7-16 ☎3779-1386
			木曜日午後2時～4時	第二ひもんや保育園子育てふれあいひろば 目黒本町2-25-14 ☎3713-8077
			月～金曜日午後1時～2時 土曜日午後1時～4時	原町保育園子育てふれあいひろば 原町1-20-16 ☎3712-5178
			火曜日午後1時～2時 土曜日午後2時～4時	八雲保育園子育てふれあいひろば 八雲3-10-18 ☎3718-4244
			月～金曜日 午前9時～午後6時 土・日曜日午前9時～午後5時 (第2・4日曜日・祝日を除く) ※子育て相談を希望されるかたは、事前にご連絡ください	上目黒住区センター児童館 子育てふれあいひろば 祐天寺2-6-6 ☎3793-1251
	友達とのかかわりやしつけなど乳幼児の子育てについての相談を保育士・看護師・栄養士がお受けします	月～金曜日午前10時～午後4時 ※私立保育園の相談時間は各園にお問い合わせください	各保育園 参照▶ P33	
	育児、教育、保育、生活習慣、健康、友人・親子関係など、子どもと子育てに関する相談全般。電話相談のほか、来所相談、訪問相談もできます。Eメール、ファクスによる相談もできます	月～土曜日午前9時半～午後6時	ほ・ねっと ひろば ☎3715-2641 ☎3715-7604 Eメール ho-net@city.meguro.tokyo.jp	
	育児相談 赤ちゃんの健康・病気・予防接種・健診・接し方・育て方、親子関係、栄養、歯の健康などについて	月～金曜日午前8時半～午後5時	保健予防課 ☎5722-9503 ☎5722-9508 碑文谷保健センター ☎3711-6446 ☎5722-9330	
	発達相談 乳幼児から18歳までの発達に心配のあるお子さんや障害を持つお子さんの家族・関係機関のかたからの相談	月～金曜日午前9時～午後5時	目黒区児童発達支援センター 相談支援「ひまわり」 (相談専用番号) ☎3792-6691	
	児童虐待相談・通告窓口	月～金曜日午前8時半～午後5時15分	子ども家庭課 子ども家庭支援センター係 ☎5722-9743 ☎5722-9684	
子ども相談室 いじめや差別、暴力など子どもたちが抱える問題を相談員や子どもの権利擁護委員が相談を受け、本人や保護者と一緒に解決に向けて考え、行動します	水・金曜日午後1時～6時 土曜日午前10時～午後4時	めぐろ はあと ねっと (子どもの権利擁護委員制度) ☎0120-324-810		
児童相談(都の窓口) 児童(0～18歳未満)のあらゆる問題について	月～金曜日午前9時～午後5時 ※夜間、土・日曜日、祝日・年末年始は児童相談所全国共通ダイヤルへ	東京都品川児童相談所 品川区北品川3-7-21 ☎3474-5442 ※児童相談所全国共通ダイヤル ☎189(いちはやく)		
少年相談(面談)(予約制) 青少年の非行などが心配な保護者のかたや、青少年自身からの相談を、少年心理に詳しい世田谷少年センターの職員がお受けします	第3火曜日(祝日の場合は翌日) 午後1時～4時 予約は、相談日前日までの午前8時半～午後5時に電話・窓口で	区民の声課(専門相談受付) ☎5722-9424 ☎5722-9395		
めぐろエメール 学校を休みがちなお子さんに対して、学校復帰や社会的な自立を目指し、学習指導や心理相談などを行います	月～金曜日午前9時～午後5時	めぐろ学校サポートセンター めぐろエメール 中目黒3-6-10 ☎3715-1598		

種別	相談名・内容	日 時※	問い合わせ先
子ども・教育	来室教育相談 子どもの心理・対人関係・行動などで、気になることについて臨床心理専門の相談員が相談をお受けします	月～土曜日午前10時～午後5時	めぐろ学校サポートセンター 来室教育相談 中目黒3-6-10 ☎3712-4601(予約) ☎3715-2846
	電話教育相談 学業、進路、不登校、いじめ、人間関係などについて臨床心理専門の相談員が相談をお受けします(匿名で相談ができます)	月～金曜日午前10時～午後5時	めぐろ学校サポートセンター 電話教育相談 ☎3710-6770 ☎3715-2846
	青少年の自主活動の相談 青少年の団体の活動やグループづくりなどの相談・助言を行っています	火～金曜日午前9時～午後7時 (第2木曜日を除く)	青少年プラザ 中目黒2-10-13 (中目黒スクエア内) ☎5721-8575 ☎5721-8577
人権・男女平等	人権身の上相談(面談)(予約可) 家庭内の問題、いじめ、体罰、近隣とのもめごと、差別など人権にかかわることについて、人権擁護委員が相談をお受けします。必要に応じて、相談日以外に人権擁護委員に相談することもできます	第1・3木曜日午後1時～4時(当日受け付けは、午後1時～3時)。 予約は、午前8時半～午後5時に電話などで	人権政策課 ☎5722-9280 ☎5722-9469
	人権擁護委員(五十音順) 飯塚恵美子 ☎050-5846-7255(勤務先) 伊東 大祐 ☎3585-5500(勤務先) 岩崎 保 ☎3793-8433 熊澤 祐子 ☎3792-0368 小林 俊孝 ☎3717-4479 辰巳ヒロミ ☎3717-5162 登坂 真人 ☎3513-7981(勤務先) 西村 太郎 ☎5481-3031(勤務先) 廣政 尚文 ☎3716-4601 松村由紀子 ☎3717-1367 宮下 徹子 ☎3713-4586		
	男女平等・共同参画オンブズ(苦情処理機関)相談(予約制) 男女平等にかかわる、区の施策に対する異議申し立てや人権侵害などの救済について相談・申し出をお受けします	日時は相談に応じます	人権政策課 ☎5722-9601 ☎5722-9469
女性	法律相談(面談)(予約制) 結婚・離婚・扶養・相続など女性のための法律について、女性弁護士が相談をお受けします	第2・4土曜日午前9時半～午後0時10分 (8月を除く)	男女平等・共同参画センター 中目黒2-10-13 (中目黒スクエア内) ☎5721-8570 ☎5721-8574
	こころの悩みなんでも相談(DV相談を含む) 自分の生き方、家庭や職場の人間関係など女性のさまざまなこころの悩みについて、相談員が問題解決のお手伝いをします。なお、電話での相談もお受けします	火・木・金・土曜日午前10時～午後4時 水曜日午後6時～9時	男女平等・共同参画センター 中目黒2-10-13 (中目黒スクエア内) ☎5721-8572 ☎5721-8574
	からだの相談 性・生理・妊娠・更年期など女性の体について相談員が相談をお受けします。電話での相談もお受けします	第1・3土曜日(8月を除く) 午前10時～正午	男女平等・共同参画センター 中目黒2-10-13 (中目黒スクエア内) ☎5721-8573 ☎5721-8574
	ひとり親家庭・女性相談 母子・女性の生活と自立に必要な援助について、相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時	子ども家庭課 子ども家庭係 ☎5722-9862 ☎5722-9684
生活や心の悩み	めぐろ 暮らしの相談窓口 生活や仕事などの不安や困りごとについて、専門の相談員が相談をお受けします。一人ひとりに寄り添いながら、解決に向けてサポートしていきます。	月～金曜日午前8時半～午後5時	生活福祉課自立相談支援係 ☎5722-9370 ☎5722-9340
	生活保護 病気やけがで収入が減ったり、先行きの生活に不安を感じたりするときは、お早めにご相談ください。生活保護制度をはじめとする福祉施策の活用や手続きの説明・助言を行います	月～金曜日午前8時半～午後5時	生活福祉課相談援護係 ☎5722-9853 ☎5722-9340
	こころの相談(面談・電話)(予約制) こころの悩みのほか、家族のこと、学校や職場での人間関係、ストレスなどについて心理カウンセラーが相談をお受けします	金曜日午後1時～4時 予約は、午前8時半～午後5時に電話・窓口で	区民の声課(専門相談受付) ☎5722-9424 ☎5722-9395
健康と衛生	各種健康相談 参照 P42「各種健康診査・検診・相談一覧」		

種別	相談名・内容	日 時※	問い合わせ先
健康と衛生	ねずみ・衛生害虫駆除の相談 ねずみや屋内外で発生する衛生害虫の駆除方法等について、窓口または電話で相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時	生活衛生課環境衛生係 ☎5722-9500 ㊟5722-9508
	住まいの衛生相談 飲み水やダニ・カビの発生など、住まいの中の衛生問題について相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時	
	食品衛生についての相談 食品の保存や表示など衛生の問題について相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時	<区民のかた> 生活衛生課食品衛生係 ☎5722-9506 ㊟5722-9508 <業者のかた> 生活衛生課食品衛生指導係 ☎5722-9507(目黒地区) ☎5722-9509(碑文谷地区) ㊟5722-9508
	建築物の衛生に関する指導 衛生問題が生じにくく、維持管理のしやすい衛生設備の普及を図るため、建築確認を受ける際、建築物の図面指導をしています	月～金曜日午前8時半～午後5時	生活衛生課環境衛生係 ☎5722-9500 ㊟5722-9508
	医療に関する相談 (診療報酬(社会保険)に関するものを除く) ご自身で解決するための中立的助言、関係相談先を案内します。医療過誤などの問題究明や責任所在の判断、医療機関との紛争仲介、調停はできません	診療所の衛生に関すること 診療所における医療行為・医療内容 健康診査・検診事業 保険医療機関等における診療報酬(国民健康保険)に関すること 病院に関すること	月～金曜日午前8時半～午後5時 月～金曜日午前9時～正午、午後1時～5時
環境	公害相談 騒音・振動・悪臭など公害現象でお困りのかたの相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時	環境保全課公害対策係 ☎5722-9386 ㊟5722-9401
	建物の建築トラブルに伴う相談 建築物の建設に伴う日照障害・電波障害・プライバシー侵害などでお困りのかたの相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時	都市計画課建築調整係 ☎5722-9382 ㊟5722-9338
仕事・経済	ハローワーク相談室 タッチパネル式の専用端末で全国のハローワークの求人情報を閲覧することができ、希望に応じて相談員が紹介状を発行します	月～金曜日午前9時～午後5時	ワークサポートめぐろ ハローワーク相談室 ☎5722-9326
	キャリア相談コーナー 職業興味検査のほか、履歴書の書き方や面接のポイントなどキャリアアドバイザーがきめ細かい就労相談に応じます。ミニ講座・就職支援セミナーも開催します	月～金曜日午前10時～正午、午後1時～5時 [ミニ講座]第1・3月曜日午後2時～3時半 第1・3水・木曜日午後2時～3時 (相談・講座とも要予約)	ワークサポートめぐろ キャリア相談コーナー ☎5722-9632
	経営相談 事業見直し、問題の整理、事業拡大など中小企業経営者の相談を中小企業診断士がお受けします	月～金曜日 午前10時～正午、午後1時～4時 (事前予約制)	産業経済・消費生活課 経済・融資係 ☎5722-9880 ㊟5722-9169
	消費者相談 契約のトラブル、悪質商法、商品の品質やサービスの苦情など消費生活全般や多重債務について、専門の相談員が受け付け、解決のお手伝いをします	月～金曜日午前9時半～午後4時半	消費生活センター 消費者相談コーナー 目黒2-4-36(区民センター内) ☎3711-1140 ㊟3711-5297
	受発注情報室 中小企業診断士が、受注・発注それぞれの要望に見合った企業を紹介するほか、相談をお受けします	月～金曜日午前10時～11時半	産業経済・消費生活課中小企業振興係 目黒2-4-36(区民センター内) ☎3711-1185 ㊟3711-1132
	創業相談室 創業するまでに必要な準備や検討すること、創業のポイントなどを中小企業診断士がアドバイスします	来 所 毎週水曜日午後1時～3時半 (事前予約制) 電 話 月～金曜日午前10時～11時半	高齡福祉課いきがい支援係 ☎5722-9719 ㊟5722-9474
	内職相談 内職に関する相談、紹介 <a href="#">参照</a> P55	月～金曜日午前9時～午後5時	
権利擁護	保健福祉サービスに関する苦情相談(面談)(予約優先) 保健福祉サービスを利用するかたが、区やサービス事業者に対する苦情、不満などを直接言いにくい場合に、苦情調整委員が相談をお受けします	週1回(詳細はお問い合わせください)	目黒区社会福祉協議会 権利擁護センター「めぐろ」 ☎5768-3963 ㊟5768-3965



種別	相談名・内容	日 時※	問い合わせ先
権利擁護	権利擁護に関する専門相談(面談)(予約制) 高齢者、障害者、その家族などに対する財産管理、遺言、成年後見制度などについて弁護士、司法書士が相談をお受けします	第1～4金曜日(月4回)午後1時半～4時半	目黒区社会福祉協議会 権利擁護センター「めぐろ」 ☎5768-3964 ☎5768-3965
保健福祉	保健福祉の総合相談 保健や福祉に関するサービスや制度について、総合的にご案内します。相談されるかたの問題や悩みを整理して、区の担当所管や他の機関などにつなぎます	月～土曜日午前8時半～午後5時	地域包括支援センター 北部 ☎5428-6891 ☎3496-5215 東部 ☎5724-8030 ☎3715-1076 中央 ☎5724-8066 ☎5722-9803 南部 ☎5724-8033 ☎3719-2031 西部 ☎5701-7244 ☎3723-3432
高齢者	高齢者相談 在宅での各種サービスの提供、介護や介護予防に関すること、老人ホームへの入所、高齢者虐待などについて 参照 P54	月～土曜日午前8時半～午後5時	地域包括支援センター 北部 ☎5428-6891 ☎3496-5215 東部 ☎5724-8030 ☎3715-1076 中央 ☎5724-8066 ☎5722-9803 南部 ☎5724-8033 ☎3719-2031 西部 ☎5701-7244 ☎3723-3432  在宅介護支援センター 参照 P98「施設ガイド」
	生活相談 高齢者センターの利用に関すること、介護保険や各種制度に関することなど、生活する上での悩みやご相談に応じ、情報提供などを行います。 参照 P55	月～土曜日 午前9時～午後5時	高齢者センター 目黒1-25-26 (田道ふれあい館内) ☎5721-2291 ☎5721-2293
	健康相談 保健師が病気の予防や治療に関する相談に応じ、血圧・健康チェックを行います。 参照 P55	火～金曜日 第1・3土曜日 午前10時半～午後4時	
障害者・児	身体障害者相談 相談員が障害者の生活・教育などの相談を自宅へ訪問してお受けします  目黒区身体障害者相談員 武田 真希 ☎3712-0217(肢体) 久保田章裕 ☎5731-7882(失語) 山下智恵子 ☎3719-8852(聴覚) 岸井 泰子 ☎3715-1641(重複) 濱出 昌子 ☎090-1506-9432(高次脳)		障害福祉課 身体障害者相談係 ☎5722-9850 ☎3715-4424
	身体障害者相談 身体障害者手帳、障害福祉サービスの利用、補装具費の支給・日常生活用具の給付、施設への入所など、さまざまな相談をお受けします	月～金曜日午前8時半～午後5時 (手話通訳) 月～金曜日午前10時～午後5時	
	知的障害者相談 相談員が知的障害者の生活、養育などの相談を自宅へ訪問等してお受けします  目黒区知的障害者相談員 西田由美子 ☎3710-8069 小谷 裕子 ☎5701-5578 山崎 澄子 ☎3715-0170 宮里たか子 ☎5721-8968 加藤 幸子 ☎3713-5954 西岡由香里 ☎3712-5026 岡田 尚子 ☎3793-1682 渡邊 朋美 ☎3718-8494 白石 美加 ☎3725-2820		障害福祉課 知的障害者相談係 ☎5722-9851 ☎3715-4424
	特別な支援が必要な子どもの就学・転学相談 一人ひとりの心身の発達に応じた教育が受けられるよう、特別な支援が必要なお子さんの就学・転学についての相談を行っています	月～金曜日午前8時半～午後5時	教育支援課 就学相談係 ☎5722-9305 ☎3715-6951
	心身障害者総合相談 身体障害者手帳の交付、愛の手帳の判定・交付、補装具の判定、リハビリテーションなどの相談を行っています	月～金曜日午前9時～正午、午後1時～5時	東京都心身障害者福祉センター 新宿区神楽河岸1-1 ☎3235-2946