

都内区市町村におけるひきこもりに関する相談窓口一覧

(令和4年6月28日現在)

区市町村	相談窓口の名称	対象者等	住所	電話番号	来所	電話	メール	訪問	オンライン	その他	ホームページのURL	都の訪問相談受付※
1	千代田区	福祉総務課事業調整担当	千代田区に在住する15歳以上(義務教育課程修了)のひきこもり当事者またはその家族	千代田区九段南1-2-1 千代田区役所3階	03-5211-3593		○				https://www.city.chiyoda.lg.jp/koho/kenko/sekatsu/hikikomori/index.html	○
2	中央区	くらしとごとの相談(自立相談支援機関)	生活や仕事に関すること	中央区築地1-1-1	03-3546-5303	○	○	○	○		https://www.city.chuo.lg.jp/kurasi/sodanmadoguti/seikatukonkyu.html	○
		中央区保健所健康推進課予防係	こころの健康に関すること	中央区明石町12-1	03-3541-5963	○	○		○		https://www.city.chuo.lg.jp/kenko/hokenzyo/koronokenko/koronokenkou.html	
		日本橋保健センター健康係	こころの健康に関すること	中央区日本橋堀留町1-1-1	03-3661-5071	○	○		○		https://www.city.chuo.lg.jp/kenko/hokenzyo/koronokenko/koronokenkou.html	
		月島保健センター健康係	こころの健康に関すること	中央区月島2-10-3	03-5560-0765	○	○		○		https://www.city.chuo.lg.jp/kenko/hokenzyo/koronokenko/koronokenkou.html	
		基幹相談支援センター	障害(の疑い)に関すること	中央区明石町12-1	03-6264-3957	○	○				https://www.city.chuo.lg.jp/kenko/sinsin/hukusisentar/fhusen_kikannsoudann.html	
		教育センター教育相談室	不登校に関すること	中央区明石町12-1	03-3545-9203	○	○				https://www.city.chuo.lg.jp/kosodate/sodan/kvoikusodan/kvoikusodan.html	
3	港区	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	○	○		○		https://www.city.minato.tokyo.jp/iiritsusien/seikatukonkkyuusvairitusien.html	○
4	新宿区	生活支援相談窓口(新宿区生活福祉課生活支援係)	生活困窮に関する相談	新宿区新宿5-18-21(新宿区役所第二分庁舎1階)	03-5273-3853	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	○
		新宿区社会福祉協議会総合相談窓口	生活困窮に関する相談	新宿区高田馬場1-17-20	03-5273-3546	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区勤労者・仕事支援センター	就労に関する相談	新宿区新宿7-3-29 新宿ここから広場 しごと棟	03-3200-3412	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区保健センター	こころとからだに関する相談	各保健センター(ホームページ参照)	各保健センター(ホームページ参照)	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区男女共同参画課(悩みごと相談室)	性的指向・性自認に関する相談(性と生アドバイザーによる相談)	①新宿区荒木町16 新宿区立男女共同参画推進センター(ウイズ新宿) ②新宿区歌舞伎町1-5-1 新宿区役所第一分庁舎2階 区民相談室	①03-3353-2000 ②03-5273-3646 (来所相談)03-3341-0801	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区高齢者総合相談センター(地域包括支援センター)	高齢者の方に関する相談	各高齢者総合相談センター(ホームページ参照)	各高齢者総合相談センター(ホームページ参照)	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区基幹相談支援センター	障害がある方に関する相談	—	03-5273-4302		○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区立子ども総合センター	子育ての不安や悩みに関する相談	新宿区新宿7-3-29(新宿ここから広場内)	03-3232-0675	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区立子ども家庭支援センター	子育ての不安や悩みに関する相談	各子ども家庭支援センター(ホームページ参照)	各子ども家庭支援センター(ホームページ参照)	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区子ども家庭課育成支援係	ひとり親に関する相談	新宿区歌舞伎町1-4-1 新宿区役所本庁舎 2階	03-5273-4558	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		新宿区立教育センター教育相談室	学校生活の不安・いじめ等に関する相談	新宿区大久保3-1-2 新宿コスミックセンター	03-3232-2711 (来所相談)03-3232-3071 新宿子どもほっとライン 03-3232-2070	○	○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
		区政情報センター	相談場所がわからない場合	—	03-5273-4585		○				https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/hkkmr2002top.html	
5	文京区	文京区ひきこもり支援センター	義務教育終了後全年齢	文京区春日一丁目16番21号 文京シビックセンター9階 生活福祉課	03-5803-1917	○	○	○	○		https://www.city.bunkyo.lg.jp/hoken/seikatsu/hikikomori.html	○
		青少年健康センター「若荷谷クラブ」(委託)	義務教育終了後全年齢	文京区小日向4-5-8 三軒町ビル306	03-3941-1613	○	○	○	○		https://myogadani-club.com/	○
6	台東区	子育て・若者支援課	ひきこもりに関すること 対象: 中学卒業後~39歳まで	台東区東上野4丁目5番6号 6階6番窓口	03-5246-1341	○		○			https://www.city.taito.lg.jp/kosodatekyouiku/kenzenikusei/seishonenkatsudo/kenzenikusei/soudanigyov.html	○
		公益社団法人 青少年健康センター 若荷谷クラブ(委託先)	ひきこもりに関すること 対象: 中学卒業後~39歳まで	文京区小日向4丁目5番8号 三軒町ビル306	03-3941-1613	○	○	○	○		https://myogadani-club.com/	
		保健サービス課保健指導担当	健康に関する各種相談	台東区東上野4丁目22番8号	03-3847-9497	○	○		○		https://www.city.taito.lg.jp/kenkohukusi/kenko/kenkosodan/hokenshi.html	
		浅草保健相談センター	健康に関する各種相談	台東区花川戸2丁目11番10号	03-3844-8172	○	○		○		https://www.city.taito.lg.jp/kenkohukusi/kenko/kenkosodan/hokenshi.html	
		保健予防課精神保健担当	こころに関する各種相談	台東区東上野4丁目22番8号	03-3847-9405	○	○					
7	墨田区	くらし・しごと相談室 すみだ	生活・家計のこと、仕事のこと、住居・家族のことなどで困っている方	墨田区吾妻橋1-23-20	03-5608-6289	○	○	○			https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/seikatuhukusi/seikatuosudan.html	
		保健予防課精神保健係	すみだみんなのカフェ(居場所)の参加に関すること	墨田区吾妻橋1-23-20	03-5608-6506	○	○				https://www.city.sumida.lg.jp/eventcalendar/kenko_hukushi/sumidakafe.html	
		向島保健センター	こころとからだの不調に関すること ひきこもりに関すること	墨田区東向島5-16-2	03-3611-6135	○	○		○		https://www.city.sumida.lg.jp/kuseijoho/kunosvoukai/sosiki/mukouzimahc.html	○
		本所保健センター	こころとからだの不調に関すること ひきこもりに関すること	墨田区東駒形1-6-4	03-3622-9137	○	○		○		https://www.city.sumida.lg.jp/kuseijoho/kunosvoukai/sosiki/honzvohc.html	○
		地域福祉プラットフォーム京島	どなたでも	墨田区京島3-49-18	03-3614-3900	○					https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/tiikihukusi_sonota/tiiki_hukusi/purattofo-mu.html	
		地域福祉プラットフォーム本所	どなたでも	墨田区本所1-13-4 本所地域プラザ内	03-3614-3900	○					https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/tiikihukusi_sonota/tiiki_hukusi/purattofo-mu.html	
		地域福祉プラットフォーム八広	どなたでも	墨田区八広5-18-23 八広はなみずき高齢者支援総合センター内	03-3614-3900	○					https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/tiikihukusi_sonota/tiiki_hukusi/purattofo-mu.html	

都内区市町村におけるひきこもりに関する相談窓口一覧

(令和4年6月28日現在)

区市町村	相談窓口の名称	対象者等	住所	電話番号	来所	電話	メール	訪問	オンライン	その他	ホームページのURL	都の訪問相談受付※
8 江東区	こうとうゆーすてっぷ(青少年相談)	江東区内在住・在学・在勤の概ね15～40歳未満の方及びその家族等	①江東区東陽4-11-28 ②江東区亀戸7-41-16 ③江東区豊洲2-2-18	080-9434-6949	○	○		○	○		https://www.city.koto.lg.jp/105010/kodomo/seshonen/vu-suteppu.html	○
	一般精神保健相談	精神保健に関すること(成人対象)	各保健相談所(住所はホームページ参照)	ホームページ参照	○	○					https://www.city.koto.lg.jp/260552/fukushi/hoken/seshin/6919.html	
	思春期精神保健相談	精神保健に関すること(幼児から18歳まで対象)	各保健相談所(住所はホームページ参照)	ホームページ参照	○	○					https://www.city.koto.lg.jp/260552/kodomo/kosodate/sodan/6902.html	
	教育相談窓口	(対象)区内在住の幼児・児童・生徒の保護者(支援内容)不登校を含む子供に関する教育相談、適切な相談先の案内	江東区東陽2-3-6 江東区教育センター	03-3649-3834	○	○				○		
9 品川区	エールしながわ	15歳から概ね40代の方	品川区大井1丁目14-1大井一丁目共同ビル2F	03-5718-1273	○	○					https://shinashakyo.jp/vell/index.html	○
	子ども若者応援フリースペース	小学生から概ね39歳までの子ども・若者	品川区西品川1-16-2ファミリーユ西品川子ども未来部分室	03-6421-5471	○	○				○	https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/PC/kodomo/kodomo-kateisoudan/hpg00028817.html	
	品川保健センター	管轄地区(広町1丁目、東大井1～5丁目、南大井1～4丁目、北品川、東品川、南品川、西品川、上大崎、東五反田、西五反田、大崎、勝島、八潮、東八潮)の児童から大人のこころと身体の健康に関するこ	品川区北品川3-11-22	03-3474-2903	○	○				○		
	大井保健センター	管轄地区(広町2丁目、東大井6丁目、南大井5～6丁目、大井、西大井)の児童から大人のこころと身体の健康に関するこ	品川区大井2-27-20	03-3772-2666	○	○				○		
	荏原保健センター	管轄地区(平塚、旗の台、中延、西中延、東中延、荏原、小山、小山西、戸越、豊町、二葉)の児童から大人のこころと身体の健康に関するこ	品川区荏原2-9-6	03-3788-7016	○	○				○		
10 目黒区	福祉の総合相談窓口(福祉のコンシェルジュ)	生活困窮、就労支援等のくらしの相談福祉に関する相談	目黒区上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎2階	03-5722-9370 03-5722-9064	○	○					https://www.city.mejuro.tokyo.jp/kurashi/korei_fukushi/fukushisougoumadoguti.html	○
	保健予防課 保健相談係	(北部・東部・中央(一部)地区にお住まいの方)こころとからだの健康に関する相談	目黒区上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎3階	03-5722-9504	○	○					https://www.city.mejuro.tokyo.jp/gvosei/soshiki/kenko_fukushi/vobo.html	○
	碑文谷保健センター 保健相談係	(南部・西部・中央(一部)地区にお住まいの方)こころとからだの健康に関する相談	目黒区碑文谷4-16-18	03-3711-6447	○	○					https://www.city.mejuro.tokyo.jp/gvosei/soshiki/kenko_fukushi/himonva_center.html	○
11 大田区	健康づくり課	-	大田区蒲田5-13-14	03-5744-1683	○	○					https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kenko_soudan/kokoro/hikikomori.html	○
	大森地域健康課	大森地域庁舎の受け持ち区域	大田区大森西1-12-1	03-5764-0662	○	○				○	https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kenko_soudan/kokoro/hikikomori.html	
	調布地域健康課	調布地域庁舎の受け持ち区域	大田区雪谷大塚町4-6	03-3726-4147	○	○				○	https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kenko_soudan/kokoro/hikikomori.html	
	蒲田地域健康課	蒲田地域庁舎の受け持ち区域	大田区蒲田本町2-1-1	03-5713-1702	○	○				○	https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kenko_soudan/kokoro/hikikomori.html	
	糞谷・羽田地域健康課	糞谷・羽田地域庁舎の受け持ち区域	大田区東糞谷1-21-15	03-6423-8838	○	○				○	https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kenko_soudan/kokoro/hikikomori.html	
	大田区ひきこもり支援室SAPOTA(令和4年5月9日開設)	15歳以上	大田区大森北1丁目	03-6459-6715	○	○	○	○				https://www.sapota.or.jp
12 世田谷区	世田谷ひきこもり相談窓口リンク(R4.4.5開設)	ひきこもりに関すること(年齢問わず)	世田谷区太子堂4-3-1STKハイツ3階	03-5431-5354	○	○	○	○			https://platsetagava.jp/hikikomori_soudan	
	メルクマールせたがや	ひきこもり等生きづらさを抱えた若者(12歳～39歳)	世田谷区太子堂4-3-1STKハイツ5階	03-3414-7867	○	○					https://3cha.tokyo	○
	ぶらっとホーム世田谷	生活困窮者(年齢問わず)	世田谷区太子堂4-3-1STKハイツ3階	03-5431-5355	○	○	○	○			https://platsetagava.jp	
13 渋谷区	生活支援相談窓口	-	渋谷区宇田川町1-1	03-3463-2116	○	○					https://www.city.shibuya.tokyo.jp/kurashi/soudan/seikatsu.html	○
	教育センター	幼児から高校生程度まで	渋谷区宇田川町5-6	03-3463-3798	○	○	○				https://www.city.shibuya.tokyo.jp/shisetsu/kyouiku/kycenter.html	
14 中野区	中野区ひきこもり相談窓口	中野区全域	中野区中野5丁目68番7号 スマイルなかの3階	090-5412-0666	○	○	○	○			https://www.nakanoshakyo.com/service/hikikomorisodan/	
	中部すこやか福祉センター		中野区中央3丁目19番1号	03-3367-7788	○	○						○
	北部すこやか福祉センター	お住まいの地域を担当するすこやか福祉センターは、こちらからご確認ください。 https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172050/d025161.html	中野区江古田4丁目31番10号	03-3389-4321	○	○					https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172050/d032348.html	○
	南部すこやか福祉センター		中野区弥生町5丁目11番26号(みならいず内)	03-3380-5551	○	○						○
	鷺宮すこやか福祉センター		中野区若宮3丁目58番10号	03-3336-7111	○	○						○
15 杉並区	くらしのサポートステーション	生活の立て直し、仕事や家計に関すること、経済的な困窮に関するこ	杉並区天沼3丁目19番16号ウエルファーム杉並複合施設棟1階	03-3391-1751	○	○	○				https://www.city.suginami.tokyo.jp/guide/shien/shien/1021717.html	○
	荻窪保健センター	心と体の病気や悩みの相談 ※担当地域は区公式ホームページでご確認ください。	杉並区荻窪5丁目20番1号	03-3391-0015	○	○						
	高井戸保健センター	心と体の病気や悩みの相談 ※担当地域は区公式ホームページでご確認ください。	杉並区高井戸東3丁目20番3号	03-3334-4304	○	○					https://www.city.suginami.tokyo.jp/shisetsu/hoken/hokerio/index.html	
	高円寺保健センター	心と体の病気や悩みの相談 ※担当地域は区公式ホームページでご確認ください。	杉並区高円寺南3丁目24番15号	03-3311-0116	○	○					所管区域 https://www.city.suginami.tokyo.jp/guide/annai/shokan/1004469.html	
	上井草保健センター	心と体の病気や悩みの相談 ※担当地域は区公式ホームページでご確認ください。	杉並区上井草3丁目8番19号	03-3394-1212	○	○						
	和泉保健センター	心と体の病気や悩みの相談 ※担当地域は区公式ホームページでご確認ください。	杉並区和泉4丁目50番6号	03-3313-9331	○	○						
16 豊島区	ひきこもり相談窓口	豊島区在住のすべての方	豊島区役所4階西1(豊島区南池袋2-45-1)	03-4566-2427	○	○	○	○	○	SNS(ブログ、Twitter)	https://toshima-hikikomori.com/	○

都内区市町村におけるひきこもりに関する相談窓口一覧

(令和4年6月28日現在)

区市町村	相談窓口の名称	対象者等	住所	電話番号	来所	電話	メール	訪問	オンライン	その他	ホームページのURL	都の訪問相談受付※
17 北区	王子健康支援センター	対象地域: 王子・豊島・東十条・王子本町・岸町・中十条・十条台・十条仲原・上十条	北区東十条2-7-3 (当面の間、赤羽会館6階へ移転中)	03-3919-7588	○	○		○			https://www.city.kita.tokyo.jp/k-suishin/kenko/kenko/documents/hikikomorisirase.html	○
	赤羽健康支援センター	対象地域: 赤羽・赤羽台・桐ヶ丘・赤羽西・赤羽北・赤羽南・志茂・岩淵町・西が丘・浮間・神谷	北区赤羽南1-13-1 赤羽会館6階	03-3903-6481	○	○		○			https://www.city.kita.tokyo.jp/k-suishin/kenko/kenko/documents/hikikomorisirase.html	○
	滝野川健康支援センター	対象地域: 滝野川・西ヶ原・中里・上中里・栄町・昭和町・田端・田端新町・東田端	北区西ヶ原1-19-12	03-3915-0184	○	○		○			https://www.city.kita.tokyo.jp/k-suishin/kenko/kenko/documents/hikikomorisirase.html	○
18 荒川区	健康推進課	こころとからだの不調に関すること	荒川区荒川2-11-1 がん予防・健康づくりセンター	03-3802-3111(内線432)	○	○		○			https://www.city.arakawa.tokyo.jp/a033/kenkouiryou/kokoronokenkou/kokoronosoudann.html	○
	仕事・生活サポートデスク (生活福祉課自立支援係)	経済的な困窮に関すること、仕事や住まい、家計相談等に関すること	荒川区荒川2-2-3 荒川区役所1階	03-3802-3111(内線2624)	○	○		○			https://www.city.arakawa.tokyo.jp/a027/seikatsu/seikatsushien/280415shigotoseikatu.html	○
	子ども家庭総合センター	18歳未満	荒川区荒川1-50-17	03-3802-3765	○	○		○				
19 板橋区	いたばし生活仕事サポートセンター (自立相談支援機関)	生活の悩み・経済的な困りごと・仕事に関すること	板橋区栄町36-1 板橋区立グリーンホール 4階	03-6912-4591	○	○	○				https://itabashi-support.roukyou.gr.jp/	
	板橋健康福祉センター	こころと体の健康に関すること 【担当地区】板橋、稲荷台、大谷口、大谷口上町、大谷口北町、大山町、大山金井町、大山西町、大山東町、加賀、熊野町、小茂根(1丁目1番地のみ)、幸町、栄町、中板橋、仲宿、仲町、中丸町、氷川町、双葉町、富士見町、本町、南町、向原、大和町、弥生町	板橋区大山東町32-15	03-3579-2333	○	○		○			https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/soshiki/kenkoikigai/1006932.html	○
	上板橋健康福祉センター	こころと体の健康に関すること 【担当地区】上板橋、小茂根(1丁目1番地を除く)、桜川、東新町、常盤台、東山町、南常盤台	板橋区桜川3-18-6	03-3937-1041	○	○		○			https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/soshiki/kenkoikigai/1006933.html	○
	赤塚健康福祉センター	こころと体の健康に関すること 【担当地区】赤塚、赤塚新町、大門、徳丸、中台、成増、西台、三園(1丁目のみ)、四葉、若木	板橋区赤塚1-10-13	03-3979-0511	○	○		○			https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/soshiki/kenkoikigai/1006934.html	○
	志村健康福祉センター	こころと体の健康に関すること 【担当地区】相生町、小豆沢、泉町、大原町、坂下、清水町、志村、連沼町、蓮根、東坂下、舟渡、前野町、宮本町	板橋区蓮根2-5-5	03-3969-3836	○	○		○			https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/soshiki/kenkoikigai/1006935.html	○
	高島平健康福祉センター	こころと体の健康に関すること 【担当地区】新河岸、高島平、三園(2丁目のみ)	板橋区高島平3-13-28	03-3938-8621	○	○		○			https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/soshiki/kenkoikigai/1006936.html	○
20 練馬区	豊玉保健相談所	からだやこころの健康に関する相談 【担当地域】 貫井、向山、練馬、桜台、羽沢、小竹町、栄町、旭丘、豊玉上、豊玉北、豊玉中、豊玉南、中村北、中村、中村南	練馬区豊玉北5-15-19 豊玉すこやかセンター内	03-3992-1188	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	北保健相談所	からだやこころの健康に関する相談 【担当地域】 北町、平和台、氷川台、錦、田柄(1~2丁目)、早宮、春日町(1、2、4丁目)	練馬区北町6-35-7	03-3931-1347	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	光が丘保健相談所	からだやこころの健康に関する相談 【担当地域】 旭町、土支田、光が丘、高松、春日町(3、5、6丁目)、田柄(3~5丁目)	練馬区光が丘2-9-6 光が丘区民センター内	03-5997-7722	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	石神井保健相談所	からだやこころの健康に関する相談 【担当地域】 谷原、高野台、富士見台、南田中、三原台、石神井台(1~3、5、6丁目)、下石神井、石神井町、東大泉、南大泉、大泉町(2丁目)	練馬区石神井町7-3-28	03-3996-0634	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	大泉保健相談所	からだやこころの健康に関する相談 【担当地域】 大泉学園町、大泉町(1、3~6丁目)、西大泉、西大泉	練馬区大泉学園町5-8-8	03-3921-0217	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	関保健相談所	からだやこころの健康に関する相談 【担当地域】 石神井台(4、7、8丁目)、関町北、関町南、関町東、上石神井、上石神井南町、立野町	練馬区関町東1-27-4	03-3929-5381	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	練馬総合福祉事務所	生活保護、資金貸付などの生活全般の相談 (ご住所の郵便番号が〒176)	練馬区豊玉北6-12-1	03-5984-4742	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	光が丘総合福祉事務所	生活保護、資金貸付などの生活全般の相談 (ご住所の郵便番号が〒179)	練馬区光が丘2-9-6	03-5997-7714	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	石神井総合福祉事務所	生活保護、資金貸付などの生活全般の相談 (ご住所の郵便番号が〒177)	練馬区石神井町3-30-26	03-5393-2802	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	大泉総合福祉事務所	生活保護、資金貸付などの生活全般の相談 (ご住所の郵便番号が〒178)	練馬区東大泉1-29-1 ゆめりあ1	03-5905-5263	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	生活サポートセンター	生活や仕事の相談	練馬区豊玉北6-12-1	03-3993-9963	○	○					https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	
	こども家庭部 青少年課 青少年係	主に若年者の就労支援に関すること	練馬区豊玉北6-12-1	03-5984-4691	○	○	○				https://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/iinken/komatta/20200212100325028.html	○
	21 足立区	くらしとごとの相談センター	生活困窮者の生活や仕事に関すること	足立区梅島2-2-2 足立区役所本庁舎別館1階	03-3880-5705	○	○			○		https://www.city.adachi.tokyo.jp/seikatsu-shien/gaiyou.html
セーフティネットあだち		全年齢を対象としたひきこもり相談	足立区千住4-19-11 サーパスビル2階	03-6807-2762	○	○	○	○			https://www.city.adachi.tokyo.jp/seikatsu-shien/safetynet.html	
22 葛飾区	若者相談窓口	ひきこもり等、その他、様々な不安や悩みを持つ、義務教育終了後概ね15歳から39歳以下の・飾区在住者及びその親族、支援者等	葛飾区内の施設(右記ホームページにて毎月実施する施設の住所を掲載している)	080-3730-5687	○	○		○	○		https://www.city.katsushika.lg.jp/kurashi/1000061/1021631/1021633.html	○
	自立相談支援窓口	生活の立て直し、仕事や家計に関する、経済的な困窮に関する事など葛飾区在住者及びその親族や支援者	葛飾区立石5-13-1	03-5654-8625	○	○	○	○				○
23 江戸川区	福祉部生活保護第一課ひきこもり施策係	-	江戸川区中央1-3-17	03-5662-0363	○	○	○	○	○	区ホームページ	https://www.city.edogawa.tokyo.jp/e042/kenko/fukushikaizo/hikikomori/soudan.html	○

都内区市町村におけるひきこもりに関する相談窓口一覧

(令和4年6月28日現在)

区市町村	相談窓口の名称	対象者等	住所	電話番号	来所	電話	メール	訪問	オンライン	その他	ホームページのURL	都の訪問相談受付※	
24	八王子市	八王子まるごとサポートセンター石川	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市石川町481 石川事務所内	042-649-3390	○	○	○	○		https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○	
		八王子まるごとサポートセンター川口	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市川口町908-1 川口事務所内	042-652-9116	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター浅川	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市高尾町1652-1 浅川市民センター内	042-629-9444	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター大和田	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市大和田町5-9-1 大和田市民センター内	042-649-3228	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター由井	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市片倉町702-1 由井市民センター内	042-683-2111	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター由木	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市下柚木2-10-6 由木中央市民センター内	042-670-9885	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター由木東	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市鹿島11-1 由木東事務所内	042-682-4885	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター台町	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市台町3-20-1 台町市民センター内	042-649-6955	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター恩方	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市下恩方町3395 恩方事務所内	042-659-1107	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
		八王子まるごとサポートセンター長房	全年齢の方が対象、お近くのセンターにご相談ください	八王子市長房町588 長房アパート西1号棟1階 長房ふれあい館内	042-629-9511	○	○	○	○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/welfare/ab005/ac769652/ivusou/p023780.html	○
	子ども家庭支援センター	18歳未満	八王子市東町5-6 クリエイトホール地下1階	042-656-8225	○	○		○			https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/kosodate/017/018/kks002/p024134.html	○	
25	立川市	立川市福祉保健部地域福祉課 (R4.4月新設)	-	立川市泉町1156-9	042-523-2111(内線1470)	○	○		○	オンライン会議ツールを利用した面談も検討中	https://www.city.tachikawa.lg.jp/chiikifukushi/shise/gaivo/soshiki/fukushihoken/index.html	○	
26	武蔵野市	生活福祉課(福祉総合相談窓口)	【年齢】年齢制限は設けていない 【地域】市民 【分野】どこに相談したら良いかわからない、多様かつ複合的な課題を抱える世帯の相談、ひきこもりの相談	武蔵野市緑町2-2-28	0422-60-1254	○	○	○	○	FAX	http://www.city.musashino.lg.jp/kurashi_guide/soudan_kurashi/soudanichiran/1031752/1031753.html	○	
		ひきこもりサポート事業「それいゆ」	【年齢】15歳から49歳まで 【地域】市民 【分野】若者のひきこもりに関すること	武蔵野市御殿山1-6-8ムサシヤビル1階	0422-24-6491	○	○	○	○	スカイプ	http://www.city.musashino.lg.jp/kurashi_guide/soudan_kurashi/soudanichiran/1032046/1006528.html		
27	三鷹市	児童青少年課	6か月以上ひきこもりが続いている15歳以上の者へ、若ナビや東京都ひきこもりサポートネット等のご案内しま	三鷹市野崎1-1-1 三鷹市役所4階	0422-29-9671	○	○				https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/044/044879.html	○	
		生活・就労支援窓口(生活福祉課)	年齢制限なし。各相談窓口との連携のほか、就労準備支援事業を行っている。	三鷹市野崎1-1-1 三鷹市役所2階	0422-24-6083	○	○	○	○			https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/051/051201.html	
28	青梅市	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2192)	○	○		○		https://www.city.ome.tokyo.jp/soshiki/28/36981.html	○	
29	府中市	福祉総合相談	-	府中市宮西町2-24	042-335-4191	○	○	○	○	※オンライン相談は継続相談のみ		○	
30	昭島市	保健福祉部福祉総務課	ひきこもりに関する相談	昭島市田中町1-17-1	042-544-5111 (内線2855.2866)	○	○				https://www.city.akishima.lg.jp	○	
		昭島市くらし・しごとサポートセンター	暮らしや仕事・家計などに関すること	昭島市昭和町2-1-6-201A	042-519-2033	○	○		○		https://www.city.akishima.lg.jp		
		保健福祉部健康課地域保健係	こころの悩みに関すること	昭島市昭和町4-7-1 昭島市保健福祉センター(あいぼっく)	042-544-5126(代)	○	○		○		https://www.city.akishima.lg.jp		
		保健福祉部障害福祉課障害福祉係	精神障害者の生活に関すること	昭島市田中町1-17-1	042-544-5111(代)	○	○		○		https://www.city.akishima.lg.jp		
31	調布市	調布市こころの健康支援センター	15歳以上	調布市布田5-46-1	042-490-8166	○	○		○		https://kokoro.chofu-city.jp/	○	
		子ども・若者総合支援事業 ここあ	中学生以上	調布市小島町2-47-1 総合福祉センター5階	042-452-8816	○	○	○	○			https://www.ccsww.or.jp/iigyou/kodomo/cocoa	○
32	町田市	町田市保健所(中町庁舎)	鶴川地域以外にお住まいの方	町田市中町2-13-3	042-722-7636	○	○		○		https://www.city.machida.tokyo.jp/iryo/hokenjo/iouhou/index.html	○	
		町田市保健所(鶴川保健センター)	鶴川地域にお住まいの方	町田市大蔵町1981-4	042-736-1600	○	○		○		https://www.city.machida.tokyo.jp/iryo/hokenjo/iouhou/index.html	○	
33	小金井市	小金井市福祉総合相談窓口	-	小金井市本町5-36-17 (小金井市社会福祉協議会内)	042-386-0295	○	○	○	○		https://www.city.koganei.lg.jp/kenkofukuhsi/444/supportcenter.html	○	
34	小平市	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	○	○	○	○		https://www.svakaifukushi.kodaira.tokyo.jp/	○	
35	日野市	セーフティネットコールセンター	-	日野市神明1-12-1(日野市役所2階)	042-514-8542	○	○		○		https://www.city.hino.lg.jp/kurashi/sumai/1012318/index.html	○	
		くらしの自立相談窓口 みらいと	-	日野市多摩平3-5-21	042-514-9855	○	○		○				
36	東村山市	教育委員会教育部社会教育課	年齢を問わずひきこもりの相談や東京都ひきこもりサポートネットのご案内をします。	東村山市本町1-2-3 いきいきプラザ4階	042-393-5111(代)	○	○				https://www.city.higashimurayama.tokyo.jp/shisei/keikaku/joho/aboutweb/link-1.html	○	
		健康福祉部自立相談課	年齢を問わず東京都ひきこもりサポートネットのご案内をします。また、経済的な困窮や就労等に関する相談窓口である東村山市くらし・しごとサポートセンター「ほっとシティ東村山」をはじめ各相談窓口にお繋ぎします。	東村山市本町1-1-1 市民センター1階	042-306-3427	○	○		○		https://www.city.higashimurayama.tokyo.jp/smph/kenko/komatta/kurashi-shigoto.html	○	
		東村山市障害者就労支援室(健康福祉部障害支援課)	障害者等の就労支援に関すること	東村山市本町1-1-1 市民センター1階	042-313-3794	○	○	○	○			https://www.city.higashimurayama.tokyo.jp/smph/kenko/shogai/service/svuuroushien/openkokuti.html	
		健康福祉部健康増進課(医療相談)	こころからだの不調に関すること	東村山市本町1-2-3 いきいきプラザ1階	042-393-5111(代)	○	○	○				http://www.city.higashimurayama.tokyo.jp/kenko/kenko/seiinhoken/tiiki3.html	

都内区市町村におけるひきこもりに関する相談窓口一覧

(令和4年6月28日現在)

区市町村	相談窓口の名称	対象者等	住所	電話番号	来所	電話	メール	訪問	オンライン	その他	ホームページのURL	都の訪問相談受付※
37 国分寺市	子ども家庭部子ども若者計画課	15歳～39歳 社会生活を円滑に営む上で困難を抱える子ども・若者	国分寺市戸倉1-6-1	042-325-0111	○	○					https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/1010846/1010944/1010080.html	○
	福祉保健部生活福祉課	生活の立て直し、仕事や家計に関すること、経済的な困窮に関すること	国分寺市戸倉1-6-1	042-325-0111	○	○					https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/1010846/1010847/index.html	○
38 国立市	国立市役所 くにサポ	18歳まで	国立市富士見台2-47-1	042-576-2105(直通)	○	○		○			https://www.city.kunitachi.tokyo.jp/kosodate/kosodate/1498630245483.html	
	国立市役所 ふくふく窓口	19歳以上	国立市富士見台2-47-1	042-572-2111(直通)	○	○	○	○			https://www.city.kunitachi.tokyo.jp/kenko/seikatsu_okomari/1629445145478.html	○
39 福生市	就労と福祉の相談	—	福生市本町5番地	042-551-1511(内線2617)	○	○		○			https://www.city.fussa.tokyo.jp/	○
40 狛江市	生活困窮に関する相談窓口(こまYELL)	どなたでも	狛江市和泉本町一丁目1-5	03-3430-1111	○	○						
	子ども政策課	15歳から39歳まで	狛江市和泉本町一丁目1-5	03-3430-1111(内線2312)	○	○	○					○
41 東大和市	福祉推進課	—	東大和市中央3-930	042-563-2111(内線1131)	○	○	○				https://www.city.higashiyamato.lg.jp/index.cfm/1.118100.html	○
42 清瀬市	福祉・子ども部生活福祉課	経済的な困窮に関すること	清瀬市中里5-842	042-497-2058	○	○						○
	福祉・子ども部障害福祉課	障害者に関すること	清瀬市中里5-842	042-497-2073	○	○						
	福祉・子ども部子育て支援課	子どもに関すること	清瀬市中里5-842	042-497-2086	○	○						
	福祉・子ども部子ども家庭支援センター	子どもを取り巻く家庭支援全般に関すること 出生から18歳	清瀬市中清戸3-235-5	042-495-7701	○	○		○			https://www.city.kivose.lg.jp/kosodatekyouiku/kosodatesoudan/1005248.html	
	企画部秘書広報課	各種相談に関すること	清瀬市中里5-842	042-497-1808	○	○						
	企画部男女共同参画センター	女性に関すること	清瀬市中里5-842	042-495-7002	○	○						
	生涯健康部健康推進課	健康に関すること	清瀬市中里5-842	042-497-2076	○	○						
	生涯健康部介護保険課	高齢者に関すること	清瀬市中里5-842	042-497-2082	○	○						
	教育支援センター教育相談室	清瀬市に在住の0～18歳のお子さんとそのご家族	清瀬市中清戸5-83-11	042-493-3526	○	○						
	教育部生涯学習スポーツ課	子どもに関すること(放課後等)	清瀬市中里5-842	042-497-2089	○	○						
きよせ生活相談支援センター いっぼ	仕事や家計に関すること	清瀬市元町1-11-21	042-495-5567	○	○							
43 東久留米市	子ども家庭部児童青少年課	ひきこもりの相談や東京都ひきこもりサポートネットのご案内をします。	東久留米市本町3-3-1 東久留米市役所2階	042-470-7735	○	○						○
	福祉総務課(自立相談支援機関)	【支援内容】生活・家族・仕事のことに関する総合相談 【対象】市内在住の住民(年齢は問わないが、主に成	東久留米市本町3-3-1 東久留米市役所1階	042-470-7777 内線:2509	○	○		○			https://www.city.higashikurume.lg.jp/kurashi/fukushi/enjo/1004453.html	
	東久留米市地域福祉コーディネーター(市西部地域配置)	【支援内容】制度の狭間にある人、どこに相談して良いかわからないことなどの相談 【対象】どなたでも	東久留米市滝山4-3-14 わくわく健康プラザ2階 東久留米市社会福祉協議会 ボランティアセンター	042-475-0739	○	○	○	○			https://www.higashikurume-shakyo.or.jp/csw.html	
	福祉保健部障害福祉課	【支援内容】主に障害をお持ちの方の、福祉の相談や障害者手帳等の各種申請受付	東久留米市本町3-3-1 東久留米市役所1階	042-470-7747	○	○					https://www.city.higashikurume.lg.jp/	
	福祉保健部健康課	【支援内容】管理栄養士、保健師による個別相談(予約制)相談 【対象】市民で、働く世代の生活習慣病予防等、健康について見直したい方(家族の相談もできます)	東久留米市滝山4-3-14 わくわく健康プラザ1階	042-477-0022	○						https://www.city.higashikurume.lg.jp/kurashi/kenko/1018763/1018764.html	
44 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	○	○	○	○			https://www.city.musashimurayama.lg.jp/kurashi/seikatsu/1012250/1005467/	○
45 多摩市	しごと・くらしサポートステーション	—	多摩市永山1丁目5番地 ベルブ永山4階	042-338-6942	○	○		○		状況に応じて訪問を行う	https://www.city.tama.lg.jp/0000003470.html	○
46 稲城市	社会福祉協議会地域福祉係	—	稲城市百村7 稲城市福祉センター内	042-378-3800	○	○	○					○
47 羽村市	子ども家庭部子育て支援課	義務教育終了後から34歳まで	羽村市緑ヶ丘5-2-1	042-555-1111 内線262	○	○					https://www.city.hamura.tokyo.jp/0000010204.html	○
	福祉健康部社会福祉課	35歳以上	羽村市緑ヶ丘5-2-1	042-555-1111 内線107	○	○					https://www.city.hamura.tokyo.jp/0000007636.html	
48 あきる野市	生活・就労相談窓口	18歳以上	あきる野市二宮350 あきる野市役所生活福祉課内	042-558-1927	○	○		○		訪問は状況に応じた対応		○
	子ども家庭支援センター	18歳未満とその関係者	あきる野市秋川1-8 あきる野ルピア2階	042-550-3313	○	○	○	○		訪問は状況に応じた対応	http://www.city-akiruno-kosodate.tokyo.jp/	
49 西東京市	西東京市生活サポート相談窓口(ひきこもり・ニート対策事業)	中学3年生から29歳までの若者のひきこもりに関すること	西東京市南町5-6-13 田無庁舎1階 福祉丸ごと相談窓口内	042-420-2809	○	○		○			https://www.city.nishitokyo.lg.jp/kenko_hukusi/seikatuenzo/ziritsumadoguchi.html	※
50 瑞穂町	福祉部 福祉課	経済的な困窮に関すること、就労支援に関すること、障がい等の疾病が明確な方に関すること	西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎2335番地	042-557-7620	○	○						○
	福祉部 健康課(瑞穂町保健センター)	こころからだの不調に関すること、その他ひきこもりに関すること	西多摩郡瑞穂町大字石畑1970番地	042-557-5098	○	○						○
51 日の出町	日の出町保健センター	—	東京都西多摩郡日の出町大字平井2780番地	042-588-5426	○	○						○

都内区市町村におけるひきこもりに関する相談窓口一覧

(令和4年6月28日現在)

区市町村	相談窓口の名称	対象者等	住所	電話番号	来所	電話	メール	訪問	オンライン	その他	ホームページのURL	都の訪問 相談受付 ※
52	檜原村	NPO法人 つ・む・ぎ ※週3回開所	—	東京都西多摩郡檜原村958番地	042-519-9398	○	○	○	○			
		福祉けんこう課 福祉係	—	東京都西多摩郡檜原村2717番地	042-598-3121	○	○					
53	奥多摩町	福祉保健課福祉係	—	東京都西多摩郡奥多摩町氷川1111	0428-83-2777	○	○		○			○
54	大島町	福祉けんこう課けんこう係	18歳から概ね49歳までの方 (50歳以上で相談希望がある方も可)	大島町元町1-1-14	04992-2-1482		○					○
		子ども家庭支援センター	15歳から18歳までの方	大島町元町字丸塚548番1	04992-2-2398		○					
55	利島村	住民課	—	利島村248番地	04992-9-0013	○	○					○
56	新島村	さわやか健康センター	—	新島村本村3-12-8	04992-5-1856	○	○				https://www.niijima.com/	○
57	神津島村	保健医療課(保健センター)	—	神津島村1009-1	04992-8-0010	○	○		○	SNS(LINE)		○
58	三宅村	福祉健康課	—	三宅島三宅村阿古497番地	04994-5-0902	○	○	○	○			○
59	御蔵島村	御蔵島村役場総務課民生係	—	御蔵島村字入かねが沢	04994-8-2121	○	○					○
60	八丈町	教育課	15歳以上22歳まで	八丈島八丈町大賀郷2551番地2	04996-2-7071	○	○	○				
		福祉健康課 保健係	23歳以上	八丈島八丈町大賀郷2551番地2	04996-2-5570	○	○	○	○			
61	青ヶ島村	青ヶ島村役場総務課	—	青ヶ島村無番地	04996-9-0111	○	○					○
62	小笠原村	村民課福祉係	—	小笠原村父島字西町	04998-2-3939	○	○	○	○			○

※都の訪問相談(「東京都ひきこもりサポートネット」による訪問相談)は、「○」の表記がある区市町村窓口にて受け付けています。
ただし、西東京市については、下記窓口*にてお申込みください。*ひきこもりの相談は行っておりません。

区市町村	受付窓口の名称	住所	電話番号
西東京市	子育て支援部児童青少年課	西東京市南町5-6-13 田無第二庁舎2階	042-460-9843