相談したいときや話を聞いてほしいとき

子どもの健康や発達についての相談

子どもの健康や発達についての相談

保健師・栄養士・歯科衛生士が随時、子どもに関する健康相談に応じています。

相談受付時間：月～金曜日　午前８時30分～午後５時15分　※祝日、年末年始は除く

相談場所 がん予防・健康づくりセンター２階　保健所健康推進課
保健相談担当（内線432）　栄養・歯科担当（内線423）

心理士による相談も行っています

「言葉が遅い」「こだわりが強い」「子ども同士でうまく遊べない」「子どもとどのようにかかわればよいかわからない」などの相談には、心理士による予約相談を行っています。まず、電話などでご相談ください。

問い合わせ がん予防・健康づくりセンター２階　保健所健康推進課保健相談担当（内線432）

子育ての悩みや不安についての相談

子育て支援カウンセラー

子育て支援カウンセラーが、区内のひろば館・ふれあい館17か所を巡回し、乳幼児タイム後に相談を受けています。詳しい巡回日程は「あらかわきっずニュース」をご覧いただくか、各館にお問い合わせください。個別相談（予約制）も、お受けしています。

個別相談予約・問い合わせ 区役所２階　児童青少年課児童事業係（内線3836）

子育て全般に関する相談

子ども家庭総合センター

子ども家庭総合センターは、子育てで心配なことなどを、子どもや保護者と一緒に解決していく専門の相談機関です。一人で悩まず、気軽にご相談ください。妊娠中の方や18歳未満の子どもとその保護者が対象です。

相談場所 子ども家庭総合センター　荒川１-50-17　電話 3802-3765

就学前のお子さんに関する相談

子育て交流サロンや各保育園で、主に就学前のお子さんに関する相談を受けています。子育てで困ったこと、聞いてみたいことなどを保育士や看護師、相談員に話してみませんか？相談なんて大げさではなく、話を聞いてほしいときに、あなたを受け止める場所があります。

- ●子育て交流サロン　子育て交流サロン一覧は、P72をご覧ください。
- ●各保育園　在宅育児家庭の相談にも応じます。子育ての専門家に話をしてみませんか。

小・中学生のお子さんの相談

教育センター、子どもの悩み110番

教育センターでは、学校へ行けない、集団になじめない、いじめられるなど、小・中学生のお子さんについての相談を受けています。また、子ども自身で相談ができる専用電話「子どもの悩み110番」も実施しています。

相談時間：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前９時～午後５時

子どもの悩み110番：0120-136-110（フリーダイヤル）
（受付時間）月～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前９時～午後５時

相談場所 教育センター教育相談室　荒川３-49-１電話 3801-4338
※来所相談のほか、ビデオ通話によるオンライン相談（要予約070-1579-5250）も実施しています。

地域での子どもに関する相談

地域のこと、町のことをよく知っている人に相談にのってもらいたいとき、民生委員・児童委員、主任児童委員が相談に応じます。ご自分の地域の委員さんがわからないときは、お問い合わせください。

問い合わせ 区役所２階　荒川区民生委員・児童委員協議会事務局（福祉推進課地域福祉係内）
電話　3802-5110

心身の発達の遅れや障がいについての相談

荒川たんぽぽセンター

心配があったら、一人で悩まず相談してみましょう。専門職員が相談に応じます。必要に応じて、療育指導や訓練も行っています。

相談受付時間：月～金曜日（祝日等を除く）午前９時～午後５時

相談場所 荒川たんぽぽセンター（荒川区立心身障害者福祉センター）　荒川１-53-20
電話 3891-6824　FAX 3807-8483

家庭に関する相談や女性相談など

虐待や、子どもや配偶者の暴力に悩んでいる、夫婦間や親子間がうまくいかないなど、家庭全般の相談等に応じます。
相談しやすいところに相談してみてください。

子ども家庭総合センター

子ども家庭総合センターは、子育てで心配なことなどを、子どもや保護者と一緒に解決していく専門の相談機関です。一人で悩まず、気軽にご相談ください。妊娠中の方や18歳未満の子どもとその保護者が対象です。

相談場所 子ども家庭総合センター　荒川１-50-17　電話 3802-3765

荒川区配偶者暴力相談支援センター

配偶者等からの暴力（身体的・精神的等）がある場合にはご相談ください。被害者の安全確保から自立に至るまでの支援を行います。電話 3806-3075

荒川区立男女平等推進センター（アクト21）

●「こころと生き方・DVなんでも相談」
（予約制・第１～第４水曜日・金曜日、第２土曜日）

専門の女性カウンセラーが、人間関係の悩みや夫婦間・家族間での暴力、生き方に迷ったときなど相談に応じます。

●LGBT専門相談（予約制・第４火曜日）

専門の相談員が、LGBT（性自認・性的指向等）に関する問題全般について、相談に応じます。

相談・予約受付 アクト21　東尾久５-９-３　電話 3809-2890

東京ウィメンズプラザ

●一般相談、法律相談、精神科医による面接相談

配偶者暴力に関する総合相談窓口です。DV相談だけでなく、女性相談全般に応じています。

相談受付時間（電話相談）：年末年始を除く毎日　午前９時～午後９時
※面接相談は、電話予約が必要です。

相談・予約受付 電話 5467-1721（DV専用ダイヤル）
5467-2455（一般相談）

●男性のための悩み相談

男性の抱えるさまざまな悩みに男性相談専門の相談員が対応します。

相談受付時間（電話相談）：祝日・年末年始を除く
月・水・木曜日　午後５時～８時
土曜日　午後２時～５時
（面接相談）：※面接相談は、電話予約が必要です。
水・木曜日　午後７時～８時

相談・予約受付 電話 3400-5313

ひとり親女性福祉係

●ひとり親・女性相談

ひとり親家庭の相談や女性相談に応じます。必要に応じ関係機関と連携を図り対応します。個人の秘密は守られますので、安心してご相談ください。

相談受付時間：月～金曜日　午前８時30分～午後５時（祝日等を除く）

相談受付 区役所２階　子育て支援課ひとり親女性福祉係（内線3814・3815）

荒川区若者相談「わっか」

皆様が困っていることや、不安に思っていることなどをお話ししたり、相談したりすることができます。どんな悩みでもかまいません。概ね 15歳から 39歳までの若者の方が対象です。匿名でも相談できます。お気軽にご相談ください。

●相談受付時間：祝日・年末年始を除く月～金曜日　午前 ９時～午後 ５時
●相談：【電話】0120-101-911【電子メール】wakka@ml.city.arakawa.tokyo.jp
【チャット相談】荒川区公式 LINEをお友達登録していただき、メニューの「わっか」を選択してください。

パパとママのこころの相談

こころの相談

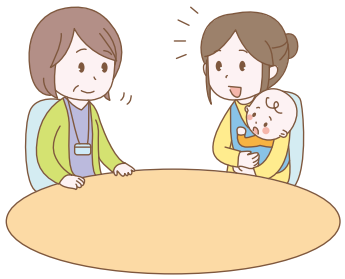
お母さんの心の健康は、子育てを行っていく上で、とても大切なことです。子育てに伴う悩みを一人で抱えずに相談してみませんか。精神科医師による相談を予約制で行っています。パパも含めて、子育てで悩んでいる方、どなたでも対象です。
※保健師による相談は、随時行っています。まず電話などでご相談、ご予約ください。

相談受付 がん予防・健康づくりセンター２階　保健所健康推進課保健相談担当（内線432）

母親グループミーティング「Ｉ・スペース」（あい・スペース）

赤ちゃんが生まれて忙しい毎日、心のなかは「つぶやき」「ぼやき」がでてきて当たり前。それが一杯になる前に、つぶやいてみませんか。参加している方の話を聞くだけでもOKです。１歳６か月くらいまでのお子さんをお持ちのお母さんが対象です。予約制です。詳細は、電話にてお問い合わせください。

予約・問い合わせ がん予防・健康づくりセンター２階　保健所健康推進課保健相談担当（内線432）



お仕事の相談

あらかわ就労支援センター「町屋おしごとテラス」

子育て世代の、ライフスタイルやご希望にあわせたお仕事探しができます。また、女性向けセミナーや、就職面接会を定期的に実施しています。

所在地：荒川７-50-９　センターまちや３階

●JOBコーナー町屋（ふるさとハローワーク）

区がハローワーク足立と共同設置し、お仕事探しの相談や紹介、応募書類や面接へのアドバイス等を行っています。

利用時間：月～金曜日　午前10時～午後６時（祝日等を除く）　電話 3819-7771

●内職の相談・紹介

ご自宅等でお仕事をする『内職』の相談と紹介をしています。

問い合わせ 内職相談担当（就労支援課）　電話 3800-8710
（※相談窓口はJOBコーナー町屋内となります）

各種窓口が動画でもご覧いただけます

●わかもの就労サポートデスク

就職を希望する若者（概ね45歳までの方）及び保護者を対象とした相談窓口です。個別相談やパソコンでの適職診断、書類作成、面接へのアドバイス等を実施しています。また、仕事に就いていない等の事情を抱える若者を持つ保護者の方からの個別相談（必要に応じて専門の相談員が自宅等へ訪問する等）やセミナーを行っています。

利用時間：月～金曜日　午前10時～午後６時（祝日等を除く）　電話 3800-6188

●女性のおしごと相談デスク

主に子育て中の女性の再就職や、家庭と仕事を両立する働き方等の相談を行っています。また、毎月第１・３木曜日には、社会保険労務士による労働・税金・雇用に関する相談も受け付けています。キッズコーナーや授乳室を備えておりますので、お子さん連れでも安心してご利用いただけます。

利用時間：火～木曜日　午前10時～午後４時（祝日等を除く）　電話 5901-1870

就労関係の相談先

●ハローワーク足立

足立区千住１-４-１　東京芸術センター６～８階　電話 3870-8609

●マザーズハローワーク日暮里

西日暮里２-29-３　日清ビル５階

子育て中の女性の就職活動を、専属の担当ナビゲーターがきめ細かくサポートします。チャイルドコーナーや授乳室を備えておりますので、お子さんを連れてゆっくり求人検索・職業相談ができます。

利用時間：月～金曜日　午前９時～午後５時（祝日等を除く）　電話 5850-8611

みんなで話す・学ぶ・分かち合う

子育てサークル等の活動支援

●あらかわ「親育ち」支援事業

子育ての悩みや問題について学び、話し合うことを目的に、保育園・幼稚園の父母の会・PTA、子育てサークル・子育て支援団体等が企画運営する講座・講演会等に対し、講師謝礼などを支援します。

問い合わせ 区役所３階　生涯学習課生涯学習事業係（内線3354・3355）

●あらかわ子ミュニティ事業

子どもたちの健やかな成長のために、３年を上限に、子どもを核とした地域の交流事業等を支援します。

問い合わせ 区役所３階　生涯学習課生涯学習事業係（内線3354・3355）

●子育てボランティア団体等育成支援事業

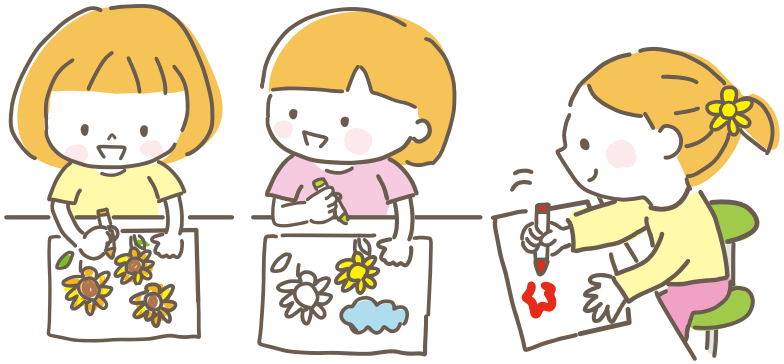
子育て家庭を地域全体で支援する仕組みをつくるために、自主的な子育て支援事業や子育て活動を行うボランティア団体等を支援します。

問い合わせ 区役所２階　子育て支援課子育て事業係（内線3861）

サークル・団体紹介【一覧】

子どもが生まれると、子どもや子育てを通じて、それまでの人生とはまた違った仲間に出会います。子どもを通じた友達ができるのはもちろん、新しい趣味を見出したりできるかもしれません。そんな仲間の集うサークル・団体を紹介します（参加等の判断は、各自の責任で行ってください）。

サークル・団体名	活動内容	活動日・問い合わせ先
荒川ボランティアネットワーク	ボランティアグループも個人ボランティアもみんな集まれ！	あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット 荒川３-49-１生涯学習センター１階 電話 3891-8571
特定非営利活動法人 多文化共生センター東京	外国にルーツを持つ子どもたちの教育支援を行っています。 平日には「たぶんかフリースクール」、土曜日には小～中高生の日本語・教科学習支援と親（大人）の日本語学習を支援するボランティア教室を開いています。	火～金曜日　午前９時～午後６時 土曜日　午前10時～午後７時 電話／FAX 6807-7937 荒川区荒川３-74-６ メゾン荒川Ⅱ201 info@tabunka.or.jp https://tabunka.or.jp

サークル・団体名	活動内容	活動日・問い合わせ先
特定非営利活動法人 子ども劇場荒川・台東・文京	<観る><あそぶ><作る><つながる>ことを通して、子どもたちがコミュニケーション力、創造する力を培い、生きる力をつけていけるよう、地域に定期的に文化活動を作り出す会です。	電話 050-6877-5706 kodomo.atb@gmail.com
荒川サッカー広場 知的障がい児のためのフットサル教室	知的障がい児(者)がより積極的にスポーツを楽しむ環境を提供し、サッカー（フットサル）を通じて礼儀・社会性の習得や、健康促進・体力の維持または向上を図り、積極的に健常者とも接して、地域社会との交流を促進していくことを目的として活動しています。	汐入小学校体育館（月２回） 日曜日　午前９時半～12時 第九峡田小学校体育館（月２回） 土曜日　午後５時～７時 電話 090-4203-2642　山内 futsal@arakawafa.org http://arakawafa.org
おはなしポケット	ろうそくの灯のもと、昔話を中心に「素話を語る」活動をしています。図書館、保育園、小学校等で定期的に「お話会」をし、子ども達と一緒におはなしの世界を楽しんでいます。	毎月第２火曜日　午後１時～５時 ゆいの森あらかわ２階会議室にて勉強会 電話 3806-1856（代表野田）
あらかわ冒険遊び場の会	大きなブランコ・ハンモック・渡りロープ・ジャンプ台、どろんこ、竹とんぼ、ベーゴマ・・・ほかいろいろ、みんなあつまれ！いっぱい遊ぼう！「怪我と弁当は自分持ち！」をモットーに西日暮里公園で活動しています。	毎月第２日曜日 午前10時～午後３時 西日暮里公園 （荒川区西日暮里３-５-５） https://ja-jp.facebook.com/arakawaboukenasobibanokai/
汐たま	乳幼児とその保護者を対象に、ほっと一息つける場です。けやき通り北７番館集会所（南千住８丁目）で行っています。 ※場所・日時は変更することがあります。「あらかわきっずニュース」をご覧ください。	毎月第１火曜日・第２又は第３金曜日 午後２時～４時 電話 090-9239-2790
多言語パーク Multilingual Park	いろいろな言語や文化に触れお互いの違いを尊重し、親子共に楽しめる活動を行っています。 Parents and children can experience various languages and cultures, learn to respect each other's differences and enjoy activities together.	毎月第２・第４金曜日 午後４時～５時 開催予定 Second & fourth Friday every month 16:00～17:00 ラッドフォード佐智子 Sachiko Radford sachiko.radford@gmail.com

サークル・団体名	活動内容	活動日・問い合わせ先
ふらっとｂサロン	親同士、子ども同士の交流ができるサロンです。親子で楽しみながら軽く身体を動かしたり、おしゃべりをして過ごしませんか？おもちゃの貸し出しもしています。	毎週木曜日 午前10時15分～12時15分 西尾久４-28-８ 電話 090-2419-1021　八百
あらかわたねっこ	2007年に荒川区を中心に立ち上がった子育てネットワーク＆自然育児の会。親子向けワークショップ、子連れOKのヨガ等。MLやFBではメンバーだれでもイベント情報を受信、発信が出来ます。参加希望の方ご連絡ください！外遊びメンバーも募集中◎	電話 090-1144-5442 以倉 tanekko2020@gmail.com Facebook「たねっこ」で検索
親子リズムの会	小学校の体育館で、ピアノの音楽に合わせて、大人と子ども、赤ちゃんも一緒にトンボになったり、馬になったり、手足をしっかり使って、体の筋肉を育て、脳を刺激して発達を促す親子リズム遊びをします（年４回）。	電話 090-8018-6372　銭 https://ameblo.jp/oyako-arakawa
凸凹の子と一緒に育つ会 「ひだまり」	発達に特性や障がいのある子ども達と保護者中心の会。保護者の為の交流会「かたる場」、勉強会、親子で楽しむイベント、地域の皆さんに子ども達を知っていただく活動などを開催。	氏家 hidamari_arakawa@yahoo.co.jp