足立区　福祉まるごと相談課



サポートの内容

ご本人やご家族がかかえるお悩みや困りごとを受けとめ、様々な関係機関とつながりながら、どうすれば解決できるかを、一緒に考えていきます。属性や世代、内容を問わず、どんな相談でも受けとめます。

分野

仕事・職場の悩み / ひきこもり / 家庭・家族・パートナーの悩み / 生活・お金に関する悩み

対象地域

足立区

メッセージ

「どこに相談していいかわからない」「相談したいがためらいがある」「複数の悩み・困りごとがある」「誰かに聞いてもらいたい」など、仕事や生活、家族のお悩み・困りごとがございましたら、お気軽にご相談ください。心身の事情などで窓口に来ることが難しい場合は、ご自宅などに伺いご相談をお受けします。

寄せられた悩み

・仕事、アルバイトがなかなか決まらない。
・仕事が長続きしない。
・会社を辞めてから、自宅の外に出ることが怖くなった。
・家族との関係性に悩んでいる。
・両親ともに病気で倒れ、自分が家計を支えている。将来のことを考えると不安になる。
・卒業後、就職がままならず、仕事をしていない。両親が高齢となり、子の将来が心配（家族からの相談）

対象年齢

年齢不問

料金

無料

家族だけでの相談・サポート

可能

家族向けサポートの概要・料金

ご家族からの相談も受けとめます。

オンライン相談

URL：https://www.city.adachi.tokyo.jp/seikatsu-shien/online-kurashi2.html
受付時間：月～金曜日（祝日、年末年始除く）
「１０時から」「１４時から」「１６時から」の時間帯でお選びください。

電話相談

番号：03-5888-4571/03-3880-5705（いずれも相談員直通）
受付時間：月・水・木曜日 午前９時～午後５時、火、金曜日 午前９時～午後７時（祝日、年末年始除く）
第２土曜日（03-5888-4571）午前９時～午後５時（祝日含む）
第４日曜日（03-3880-5705）午前９時～午後５時（祝日含む）

メール相談

アドレス：kurashi-shigoto@city.adachi.tokyo.jp

来所相談

住所

〒123-0872　足立区江北5-14-5　すこやかプラザ あだち 3階
〒121-0816　足立区梅島2-2-2　足立区役所 本庁舎別館 1階
☆令和７年４月から相談窓口が２か所に増えました。どちらの窓口でもご相談いただけます。

MAP



受付時間

月・水・木曜日 午前９時～午後５時、火、金曜日 午前９時～午後７時（祝日、年末年始除く）
第２土曜日（すこやかプラザ あだち）午前９時～午後５時（祝日含む）
第４日曜日（足立区役所 本庁舎別館）午前９時～午後５時（祝日含む）

備考

予約もできます。
TEL:03-5888-4571（すこやかプラザ あだち）/03-3880-5705（足立区役所 本庁舎別館）
☆事前にご予約いただくことで、個別の相談室にて、お待たせせずに相談に入ることができます。

詳細ページ

https://www.wakapota.metro.tokyo.lg.jp/support/detail.php?id=133