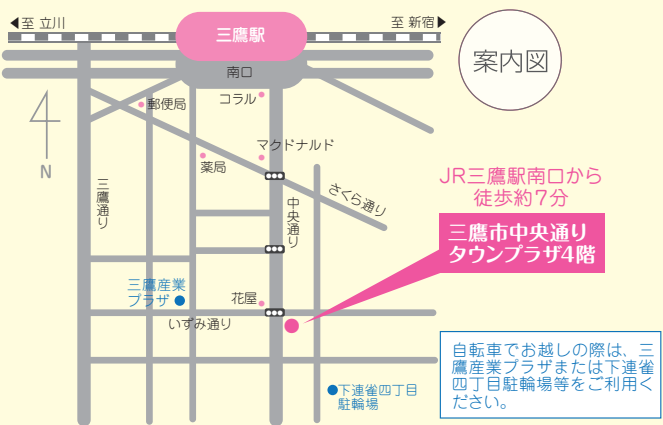


# Floor Guide

4F

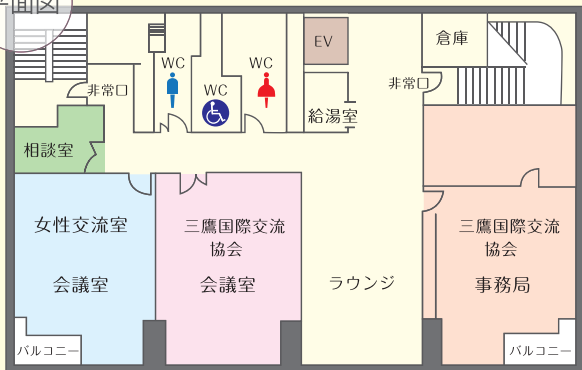
三鷹市中央通りタウンプラザ  
(こころの相談室へのご案内)



入口



平面図



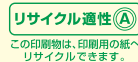
「ひとりで悩まないで  
まずはご相談ください」



お問い合わせ

予約に関すること ☎0422-44-6600 相談・情報課

その他全般に関すること ☎0422-45-1151 (内線) 2115  
企画経営課



三鷹市

こころの相談

◆ご利用案内◆

専門のカウンセラー及び医師が  
ご相談をお受けします

専門のカウンセラーによる相談

こころの相談室  
・面談 (予約制)  
・女性向け  
・タウンプラザにて

こころの相談ダイヤル  
・電話相談 (予約不要)  
・どなたでも

医師による相談

心のなやみ相談  
・面談 (予約制)  
・どなたでも  
・三鷹市役所にて

対象は三鷹市民 (在勤・在学を含む)  
相談日時、場所等の詳細は内ページをご覧ください。



# こころの相談

## 専門のカウンセラー及び医師がご相談をお受けします

くらしの中の様々なことで悩んでいる方のために、専門の相談員(カウンセラー・医師)がお話をうかがい、一緒に解決の糸口を探します。

どんな些細なことでも構いません。お気軽にご相談ください。

※対象:三鷹市民(在勤・在学者を含む)

たとえば、  
このようなことで悩んでいるとき、ご相談ください

自己内面  
のこと

職場の  
人間関係  
のこと

自身の  
老後のこと

依存(アル  
コールなど)、  
生活習慣  
のこと

子育て  
や介護  
のこと

病気の  
こと

性別  
違和に関  
すること

DV  
(ドメスティック・  
バイオレンス=  
夫婦間・恋人  
からの暴力)  
のこと

夫婦や  
家族関係  
のこと



安心してご利用いただけます

秘密は、固く守ります。

相談は、すべて無料です。

必要に応じて、他の相談窓口や専門機関をご紹介します。

なお、相談員(カウンセラー)は、実績と信用のある専門の相談機関に所属しています。

## お問い合わせ

予約に関すること 三鷹市総務部相談・情報課 ☎0422-44-6600

その他全般に関すること 三鷹市企画部企画経営課 ☎0422-45-1151 (内線) 2115

## こころの相談室

**相談日時** 毎週 木・土曜日(祝日\*1・年末年始\*\*2は除く)  
午後1～5時(1人当たり50分)  
※原則1人5回まで。6回目以降は応相談。

**利用できる方** 女性市民

**相談場所** 三鷹市女性交流室  
(三鷹市下連雀3-30-12 三鷹市中央通りタウンプラザ4階)  
※お越しになれない場合は、お電話での相談も可能です。

**相談員** カウンセラー

**利用方法** 事前予約制 電話でご予約ください。  
☎0422-44-6600 (相談・情報課)  
月～金曜日 午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始は除く)

## こころの相談ダイヤル

**相談日時** 毎月 第2火曜日 午後1～4時、第4火曜日 午後5～8時  
(祝日\*1・年末年始\*\*2は除く)(1人当たり30分)

**利用できる方** どなたでも

**相談場所** ※お電話のみでの相談です。

**相談員** カウンセラー

**利用方法** 予約不要 事前の予約は不要です。直接、相談日時にお電話ください。  
☎0422-29-9864

## 心のなやみ相談

**相談日時** 毎月 第2・4水曜日(祝日\*1・年末年始\*\*2は除く)  
午後1～4時(1人当たり50分)

**利用できる方** どなたでも

**相談場所** 三鷹市役所本庁舎2階 相談・情報課  
(三鷹市野崎1-1-1)

**相談員** 医師

**利用方法** 事前予約制 電話でご予約ください。  
☎0422-44-6600 (相談・情報課)  
月～金曜日 午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始は除く)

\*1 国民の祝日に関する法律に定める休日

\*\*2 12月29日から翌年1月3日まで