





利用できる窓口や制度









- あなたの困っていること、相談したいことによって、それぞれの窓口にご相談してみましょう。
- どのようなことを、どの窓口にご相談するのか、できれば支援する人と一緒に考えましょう。





【注意事項】

- ☎は「電話番号」、🕒は「受付時間」を表します。
- 制度の利用に当たってはそれぞれ条件があります。詳しい内容は電話やホームページ（二次元コードからアクセスできます）でご確認ください。
- 「平日」は月曜日から金曜日で、土日のほか祝日・年末年始が除かれます。**特に記載のあるもののみ、土日、祝日または年末年始の受付があります。**
- 電話番号や受付時間は、特に記載のあるものを除き、令和8年3月末現在のものです
- 受付時間に変更となっている場合がありますので、ホームページ（二次元コードからアクセスできます）でご確認ください。
- フリーダイヤル（0120からはじまる電話番号）以外の電話の場合、通話料がかかります。
- #（シャープ）からはじまる電話番号は「全国共通ダイヤル」です。都県境で電話した場合、となりの他県の窓口につながる場合があります。





【犯罪被害等に関する相談窓口】




























手続・内容	窓口・電話番号
犯罪被害者等のための総合相談 【東京都】 ▶ 3 ページ 	犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口 （公社）被害者支援都民センターと協働で設置 ☎ 03-3222-9050 ☎ 042-506-1042（多摩支所） 🕒 月・木・金 9:30～17:30 火・水 9:30～19:00 
性被害にあった方のための総合相談 【東京都】 ▶ 3～4 ページ 	東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター （性暴力救援ダイヤル NaNa） （特非）性暴力救援センター・東京（ ^{サーチ} SARC 東京）と協働で設置 ☎ ^{はやくワンストップ} #8891 または 0120-8891-77（NTT ひかり電話の場合） ☎ 03-5577-3899 性暴力救援ダイヤル NaNa 子供・保護者専用性被害相談ホットライン ☎ 0120-333-891（無料・東京都内から発信するとき） ☎ 03-6811-0850（有料・東京都外から発信するとき） 🕒 24 時間 365 日 





手続・内容	窓口・電話番号
(前ページから続く)	LINE 相談「性被害相談窓口」 アカウント「相談ほっと LINE@ 東京」  月・水・金・土(祝日・年末年始を除く) 16:00~22:00(受付時間 21:30 まで) <small>※令和8年3月31日までは21:00(受付時間は20:30まで)</small> 
被害にあった方の日常生活に関する相談 【区市町村】 ▶ 4 ページ	お住まいの区市町村 (犯罪被害者等のための総合的対応窓口)  ・  区市町村によって異なります。  「総合的対応窓口一覧」をクリックしてお住まいの区市町村をお探してください。 
犯罪被害などに関する相談 【警視庁】	警視庁犯罪被害者ホットライン (犯罪被害によるこころの悩み相談) <small>さあいくならなやみゼロ</small>  03-3597-7830  平日 8:30 ~ 17:15 
	性犯罪被害相談電話 (全国共通ダイヤル) <small>ハートさん</small>  #8103  24 時間 365 日 
	警視庁総合相談センター  # 9110 または 03-3501-0110  24 時間 365 日 <small>※相談内容に応じて相談窓口などをご案内します。</small> 
法律に関する相談 【弁護士会】 (東京弁護士会・第一東京 弁護士会・第二東京弁護 士会の弁護士が直接対応)	弁護士会犯罪被害者支援センター  03-3581-6666  平日 11:00~16:00 <small>※弁護士が直接電話に応じ、上記時間の中で まずは無料電話相談(30分以内)を行います。</small> 
【法テラス】 (日本司法支援センター) ▶ 4 ページ	東京三弁護士会多摩支部 (犯罪被害者支援相談)  042-548-3870  火 13:00 ~ 16:00 <small>※第1火曜は原則女性弁護士が担当 ※弁護士が直接電話に応じ、上記時間の中で まずは無料電話相談(30分以内)を行います。</small> 
	法テラス 犯罪被害者支援ダイヤル <small>なくこたないよ</small>  0120-079714  IP 電話からは 03-6745-5601  平日 9:00 ~ 21:00、土 9:00 ~ 17:00(祝日・年末年始を除く) 
裁判・検察に関する相談 【東京地方検察庁】 (被害者ホットライン)	東京地方検察庁 (23 区内の事件)  03-3592-7611  平日 9:00 ~ 12:00・13:00 ~ 17:00 
	東京地方検察庁立川支部 (23 区外の事件)  042-548-5766  平日 9:00 ~ 12:00・13:00 ~ 17:00 

























手続・内容	窓口・電話番号
交通事故に関する相談	東京都交通事故相談所 ☎ 03-5320-7733 🕒 平日 9:00 ~ 17:00 
	警視庁交通相談コーナー ☎ 03-3593-0941 🕒 平日 8:30 ~ 12:00・13:00 ~ 16:30 
	ナスバ交通事故被害者ホットライン (ナスバ ((独)自動車事故対策機構)) ☎ 0570-000738 🕒 平日 10:00 ~ 12:00・13:00 ~ 16:00 
	自動車事故被害者・遺族団体による相談窓口 ☎・🕒 団体によって異なります。 🕒 ご相談したい団体へご連絡ください。 
	(公財)日弁連交通事故相談センター 弁護士による自動車事故の損害賠償問題に関する相談窓口 ☎ 0120-078325 🕒 平日10:00~19:00 
ひき逃げ・無保険車の場合の政府の保障 ☞ 自賠責保険の対象とならない「ひき逃げ」や「無保険」の事故にあった被害者に対し、他の社会保険給付や損害賠償責任者の支払によっても、なお被害者に損害が残る場合に法定限度額の範囲内で政府が損害を填補	国土交通省物流・自動車局保障制度参事官室保障事業室 自動車損害賠償保障事業 ☎ 03-5253-8111 (代表) 請求窓口 (政府の保障事業を扱っている損害保険会社及び組合) ※詳細は右の二次元コードからHPをご覧ください。 




















【くらしや家のこと】

































手続・内容	窓口・問合せ
≪ 犯罪被害にあった方のための経済的支援 ≫	
見舞金の支給 ≪ 5 ページ ≫ ☞ 犯罪被害にあった方などに見舞金を支給 	犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口 (公社) 被害者支援都民センター ☎ 03-3222-9050
転居費用の助成 ≪ 5 ページ ≫ ☞ 犯罪被害により今までの住居に住むことが困難となった場合に転居等の費用を助成 	☎ 042-506-1042 (多摩支所) 🕒 月・木・金 9:30 ~ 17:30 🕒 火・水 9:30 ~ 19:00 
犯罪被害給付制度 ☞ 殺人等の故意の犯罪行為によって、不慮の死を遂げた方のご家族、重傷病を負った方、障害が残った方に国が給付金を支給	警視庁犯罪被害者支援室 ☎ 03-3581-4321 (代表) 🕒 平日 8:30 ~ 17:15 

手続・内容	窓口・問合せ
警視庁による経済的支援  被害事実を立証するための診断書料やその作成のために受診した診察料等を一定の条件の下に公費で支出	事件を担当する警察署  右の警察署一覧からお探しください。 
犯罪被害者等に対する奨学金等の給与  生命・身体犯被害者の子弟等に奨学金（幼稚園等～大学院）を支給  犯罪により重篤な被害（捜査機関の認定があるもの）を受けた被害者等で特別な救済を行うべき理由がある方に支援金を支給	（公財）犯罪被害救援基金  03-5226-1020  平日 9:30 ～ 18:00 
まごころ奨学金（預保納付金支援事業）  保護者又は本人が犯罪被害にあった家庭で高校以上の学校に通う子どもを対象に奨学金を給付	日本財団まごころ奨学金係  03-6229-5111（代表）  平日 9:00 ～ 16:00 
交通事故遺児等の奨学金制度  高校以上の学校に通うための学費を無利子で貸与（一部給付制度あり） 重い後遺障がいが残った場合も対象	（公財）交通遺児育英会  0120-52-1286  平日 9:00 ～ 17:30 
交通遺児育成基金事業  満 16 歳未満の交通遺児が年齢に応じて損害賠償金などの一部を基金に払い込むと、基金はこれを安全・確実に運用し、国と民間からの援助金を加えて、19 歳に達するまで年 4 回の育成給付金（非課税）を支給	（公財）交通遺児等育成基金  0120-16-3611  平日 9:00 ～ 17:00 
交通遺児等支援給付事業  自動車事故被害者家庭のうち特に生計困難度の高い家庭に対し、越年資金、入学支度金、進学等支援金、緊急時見舞金を支給	
《年金に関すること》	
遺族基礎年金・遺族厚生年金  被害にあった方が亡くなった場合に、その方によって生計を維持されていた方に年金を支給	お住まいの区市町村（基礎年金のみの場合）またはお近くの年金事務所  年金事務所一覧 
障害基礎年金・障害厚生年金  被害にあつて障害を負い、障害等級表に該当する場合に年金を支給（基礎：1 または 2 級、厚生：1 ～ 3 級）	
《福祉に関すること》	
生活保護制度  生活の困窮の程度に応じて保護費を支給	お住まいの地域の福祉事務所（区市：区役所・市役所、町村：西多摩福祉事務所または各支庁） 










手続・内容	窓口・問合せ		
生活困窮者自立支援制度  経済的困窮など様々な問題を抱えた方に相談・支援を実施 	お住まいの地域の自立相談支援機関 (区市：区役所・市役所、町村：西多摩福祉事務所または各支庁) ① 相談窓口一覧をクリックしてお住まいの区市町村の自立相談支援機関をお探してください。 		
生活福祉資金貸付金  世帯の自立を図ることを目的とした低所得世帯などへの貸付 	お住まいの地域の社会福祉協議会 ① 社会福祉協議会一覧をクリックしてお住まいの区市町村の社会福祉協議会をお探してください。 		
有償家事援助サービス  サービスを提供する人と利用したい人同士で、地域において家事等（掃除、洗濯、買い物等）に関して相互に援助	お住まいの地域の社会福祉協議会など ① まずは区市町村の総合的対応窓口にご相談ください。 ② 介助・家事援助サービス実施団体 (23区)  (市町村) 		
各種手当 (障害児福祉手当、特別障害者手当、児童育成手当など)  本人やその家庭の状況に応じて、手当を支給	お住まいの区市町村 ※区市町村によって制度・サービス内容が異なる場合があります。 ① まずは区市町村の総合的対応窓口にご相談ください。 		
障害者・介護サービス  被害にあった方が、障害を負った場合や介護が必要となった場合に受けられるサービス（障害者・介護それぞれ認定が必要）	<table border="1" data-bbox="549 898 994 991"> <tr> <td data-bbox="549 898 770 991"> 障害者手当  </td> <td data-bbox="770 898 994 991"> 児童育成手当  </td> </tr> </table>	障害者手当 	児童育成手当 
障害者手当 	児童育成手当 		
子供の一時預かり  保護者の傷病等に伴い、緊急・一時的な保育が必要なときなどに、保育所等で児童を一時的に預かり	<table border="1" data-bbox="549 997 994 1086"> <tr> <td data-bbox="549 997 770 1086"> 障害者サービス  </td> <td data-bbox="770 997 994 1086"> 介護サービス  </td> </tr> </table>	障害者サービス 	介護サービス 
障害者サービス 	介護サービス 		
ファミリー・サポート・センター  育児の手助けをしたい人と手助けを受けたい人同士で、地域において育児に関して相互に援助	<table border="1" data-bbox="549 1093 994 1189"> <tr> <td data-bbox="549 1093 770 1189"> 子供の一時預かり  </td> <td data-bbox="770 1093 994 1189"> ファミリー・サポート・センター  </td> </tr> </table>	子供の一時預かり 	ファミリー・サポート・センター 
子供の一時預かり 	ファミリー・サポート・センター 		
≪しごと・学校に関すること≫			
雇用・就労の相談	東京しごとセンター  03-5211-1571  平日 9:00～20:00、土 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く) 		

手続・内容	窓口・問合せ
(前ページから続く)	東京しごとセンター多摩  042-526-4510  平日 9:00 ~ 20:00、土 9:00 ~ 17:00 (祝日・年末年始を除く) 
	お近くのハローワーク (公共職業安定所) 
	お住まいの区市町村 ◎ まずは区市町村の総合的対応窓 口にご相談ください。 
転校等の相談	通っている学校 または お住まいの区市町村教育委員会 ◎ 区市町村教育委員会 
教育相談一般・いじめに関する相談	東京都教育相談センター  0120-53-8288  24 時間 365 日 
	24 時間子供 SOS ダイヤル <small>なやみいおう</small>  0120-0-78310  24 時間 365 日 
◀ 住まいに関すること ▶	
都営住宅の優遇抽せん制度  5・11月の家族向けの入居者募集で、 犯罪やDVの被害にあった方を含む世帯 が優遇抽せんのある地区に申込みした場 合に、当せん確率が一般世帯の 5倍となる制度 	東京都住宅供給公社都営住宅募集センター  03-3498-8894  平日 9:00 ~ 18:00 
セーフティネット住宅 (愛称：東京ささエール住宅)  犯罪被害にあった方を含む住宅確保要配 慮者の入居を拒まない民間賃貸住宅の登 録促進や情報提供を実施 	◀ 制度に関する問合せ ▶ ◎ 東京都住宅政策本部民間住宅部安心居住 推進課住宅セーフティネット担当  03-5388-3320  平日 9:00 ~ 17:00 ◀ セーフティネット住宅の検索 ▶ セーフティネット住宅情報提供システム 
住宅確保要配慮者への居住支援  都が指定する居住支援法人は、住宅相談 や生活相談などを実施	◀ 居住支援法人への問合せ ▶ ◎ 「東京都居住支援法人一覧」をク リックしてご相談したい法人へ ご連絡ください。 

手続・内容	窓口・問合せ
《その他の相談窓口》	
女性、男性、DVに関する相談  配偶者・交際相手からの暴力に関する相談  女性の悩みに関する相談  男性の悩みに関する相談 など	東京ウィメンズプラザ 《一般相談》  03-5467-2455  毎日(年末年始を除く)9:00～21:00 《DV専用ダイヤル》  03-5467-1721  毎日(年末年始を除く)9:00～21:00 ※英語・中国語・韓国語・タイ語・タガログ語に対応 (火・木・金13:00～16:00 ※祝日・年末年始を除く) 《DVに関するLINE相談》 アカウント「ささえるライン@東京」  毎日(年末年始を除く) 14:00～20:00 《男性のための悩み相談》  03-3400-5313  月・水・木 16:00～20:00 土 13:00～17:00(祝日・年末年始を除く)
	東京都女性相談支援センター 《電話相談》 【23区居住の方】  03-5261-3110  平日 9:00～21:00 土・日・祝日・年末年始 9:00～17:00 【多摩地域・島しょ地区居住の方】  042-522-4232  平日 9:00～16:00 ※受付時間外は、上記03-5261-3110へおかけください。 《LINE相談》 アカウント 「女性は一とふるLINE@東京」  平日・土日祝日(年末年始を除く) 14:00～20:00
	お住まいの地域の女性、DV相談 区市町村相談先一覧
	DV相談プラス(内閣府)  0120-279-889  24時間365日 《チャット相談》  毎日12:00～22:00 《プラス相談箱》  24時間365日


手続・内容	窓口・問合せ
(前ページから続く)	女性の人権に関する相談 (東京法務局)  0570-003-110 (ナビダイヤル)  03-5363-3071  平日 8:30 ~ 17:15 <<インターネット相談>>  24 時間 365 日 
ひとり親家庭に関する相談  ひとり親家庭 (母子家庭・父子家庭)、 寡婦及びその関係者に対し、生活相談、 養育費相談、離婚前後の法律相談、面会 交流支援等 	「東京都ひとり親家庭支援センター はあと」  03-6272-8720  月・土・日・祝日 9:00 ~ 17:30 火 ~ 金 9:00 ~ 20:30 <<メール相談>>  24 時間 365 日 《LINE 相談》 アカウント「シングルママパパ つながるライン はあとライン」  水・土 (年末年始を除く) 14:00 ~ 21:30   
子供に関する相談  子供や子育てに関する相談  児童虐待に関する相談 など	お住まいの地域の子供家庭支援センター または児童相談センター・児童相談所 ⊙ 子供家庭支援センター ⊙ 児童相談センター・児童相談所   児童相談所虐待対応ダイヤル 全国共通ダイヤル  189 (いちはやく)  24 時間 365 日  東京子供ネット  0120-874-374  平日 9:00 ~ 21:00 土・日・祝日 9:00 ~ 17:00 (年末年始を除く)  東京都児童相談センター 4152 (よいこに) 電話相談  03-3366-4152  平日 9:00 ~ 21:00 土・日・祝日 9:00 ~ 17:00 (年末年始を除く)  こどもの人権 110 番 (東京法務局)  0120-007-110  平日 8:30 ~ 17:15 <<インターネット相談>>  24 時間 365 日  

手続・内容	窓口・問合せ
<p>若者に関する相談</p> <p>☞ 若者とその家族等の人間関係、不安、孤独、非行などに関する相談 など</p>	<p>東京都若者総合相談センター「若ナビα」</p> <p>☎ 03-3267-0808</p> <p>🕒 月～土 11:00～23:00 (受付は22:30まで、年末年始を除く)</p> <p>☞ <<メール相談>></p> <p>🕒 24時間 365日 (メール相談)</p> <p>☞ <<LINE相談>></p> <p>アカウント「相談ほっとLINE@東京」</p> <p>🕒 月～土 11:00～23:00 (LINE相談) (受付は22:30まで、年末年始を除く)</p> <p>☞ <<面接相談>></p> <p>まずは電話、メール、LINEでご相談ください。</p> <p>警視庁ヤング・テレホン・コーナー</p> <p>☎ 03-3580-4970</p> <p>🕒 24時間 365日</p>
<p>10代のからだやこころの悩み</p> <p>☞ 体の変化や月経不順、妊娠不安、眠れないなどの相談</p> <p>☞ 都内に在住、在学、在勤の中学生以上の10代の方を対象に看護師等の専門職が応対</p>	<p>とうきょう若者ヘルスサポート(わかさぼ)</p> <p>☞ <<電話相談>></p> <p><small>みんなによりそう</small></p> <p>☎ 0120-372-463</p> <p>🕒 月～金 15:00～20:00 土・日 9:00～14:00(元日を除く)</p> <p>☞ <<メール相談>></p> <p>受付は随時、回答時間は下記のとおり</p> <p>🕒 月～金 15:00～20:00 土・日 9:00～14:00(元日を除く)</p> <p>☞ <<対面相談>></p> <p>🕒 月～金 15:00～20:00 土・日 9:00～14:00(元日を除く)</p> <p>【会場】</p> <p>福祉局 HP をご確認ください。</p>
<p>性自認及び性的指向に関する相談</p>	<p>Tokyo LGBT 相談</p> <p>☞ <<電話相談>></p> <p>☎ 050-3647-1448</p> <p>🕒 火・金 18:00～22:00 ※祝日・年末年始を除く</p> <p>☞ <<LINE相談>></p> <p>アカウント</p> <p>「LGBT相談@東京」</p> <p>🕒 月・水・木 17:00～22:00 (受付は21:30まで) ※祝日・年末年始を除く</p>






手続・内容		窓口・問合せ
ネット・スマホでのトラブルに関する相談 ☎ 青少年やその保護者、学校関係者などのインターネットやスマートフォンでのトラブルに関する悩みの相談		東京都「こたエール」 <small>インターネットなやみゼロに</small> ☎ 0120-1-78302 🕒 月～土 15:00～21:00 (祝日・年末年始を除く) ≪メール相談≫ 🕒 24時間受付 (返信は電話受付時間内に行います) ≪LINE相談≫ アカウント「相談ほっとLINE@東京」 🕒 月～土 15:00～21:00 (祝日・年末年始を除く)   
インターネット上の誹謗中傷に関する相談	☎ 相談者自身で行う削除依頼の方法などにつき専門の相談員が迅速にアドバイス	違法・有害情報相談センター（総務省委託事業） Web フォームを通じた相談受付 
	☎ 相談者自身で行う削除依頼の方法などにつき助言 ☎ 事案に応じ、プロバイダ等に対する削除要請	東京法務局 常設相談所 みんなの人権 110 番 ☎ 0570-003-110（ナビダイヤル） 🕒 平日 8:30～17:15 ≪インターネット相談≫ 🕒 24時間 365日  
	☎ ネット上の誹謗中傷に対して、掲載されているサイトに利用規約等に沿った削除等の対応を促す通知を行う	一般社団法人セーフアインターネット協会 誹謗中傷ホットライン (削除依頼対応のみ。相談は受け付けていません) インターネットで受付 
「インターネットにおける人権侵害」に関する相談 ☎ インターネットにおける書き込みなどにより人権侵害に当たるとされる問題に関する相談		東京都人権プラザ ≪SNS(LINE)相談≫ 🕒 月～金（祝日・年末年始を除く） 16:00～22:00(受付は21:30まで) (1日1回程度60分以内) ※原則、都内在住、在勤、在学の方を対象 アカウント「インターネットにおける人権侵害相談@東京」 ≪法律相談≫ 面接・オンライン相談(要予約) 予約 ☎ 03-6722-0124 予約電話受付日時は月～金(祝日・年末年始を除く)の9:30～17:30まで 🕒 木(毎月第4木曜日、祝日・年末年始を除く) 13:00～16:00(40分以内)  

手続・内容	窓口・問合せ
(前ページから続く)	電話相談(予約不要)  03-6722-0126  毎月第4木曜日 (祝日・年末年始を除く) 13:00～16:00 (15分以内)
外国語による相談	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="535 328 975 655"> 東京都外国人相談 (FRAC) ≪ 英語 ≫  03-5320-7744  平日9:30～12:00・13:00～17:00 ≪ 中国語 ≫  03-5320-7766  火・金9:30～12:00・13:00～17:00 ≪ 韓国語 ≫  03-5320-7700  水9:30～12:00・13:00～17:00 </div>  </div> <div data-bbox="535 667 992 962"> (公財) 東京都つながり創生財団 東京都多言語相談ナビ (TMC Navi) ※やさしい日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、ロシア語、タガログ語、ベトナム語、ヒンディー語、ネパール語、フランス語、インドネシア語に対応(詳しくはホームページをご確認ください。)  0120-142-142  平日 10:00 ～ 16:00 </div> 













【からだやこころのこと】

























手続・内容	窓口・問合せ
からだやこころの問題に関する相談 (精神保健相談)	お住まいの地域の保健所または保健センター ① 保健所・保健センター 






手続・内容	窓口・問合せ
こころの健康に関する相談	東京都立精神保健福祉センター (千代田、中央、文京、台東、墨田、江東、 豊島、北、荒川、板橋、足立、葛飾、江 戸川の区部東部13区・島しょ地域)  03-3844-2212  月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く) 
	東京都立中部総合精神保健福祉センター (港、新宿、品川、目黒、大田、世田谷、渋谷、 中野、杉並、練馬の区部西南部10区)  03-3302-7711  月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く) 
	東京都立多摩総合精神保健福祉センター (多摩地域)  042-371-5560  月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く) 
	東京都夜間こころの電話相談  03-5155-5028  毎日 17:00～22:00 (受付は21:30まで) 
	こころのLINE相談(精神保健福祉相談)  毎日 17:00～22:00 (受付は21:30まで) 
	医療機関のご案内  医療機関・夜間休日診療医療機関などの 情報を提供

手続・内容	窓口・問合せ
高額療養費制度  医療費の自己負担額（1か月間）が一定額（自己負担限度額）を超えた分を高額療養費として支給	ご自身が加入している公的医療保険の窓口 ≪国民健康保険≫ ① お住まいの区市町村にご相談ください。 ② 国民健康保険組合に加入されている方は、ご加入の国民健康保険組合にご相談ください。
第三者行為による傷病届  交通事故など他人（第三者）の行為が原因となったけがや病気について、加害者が負担する治療費を一時的に給付（その後、公的医療保険から加害者へ治療費を請求）	≪後期高齢者医療制度≫ ① お住まいの区市町村にご相談ください。 ≪その他(健康保険組合・協会けんぽ・共済組合など)≫ ① お勤めの職場などにご相談ください。
各種医療費助成 (自立支援医療、(精神通院)ひとり親家庭等医療費助成制度など)  被害にあった方やその家庭の状況に応じて、医療費を助成 	お住まいの区市町村 ① まずは区市町村の総合的対応窓口にご相談ください。 

【捜査や裁判などのこと】

手続・内容	窓口・問合せ
無料法律相談 ≪5ページ≫  犯罪被害によって生じる法律問題について、弁護士が直接電話に対応し、その後必要に応じて面接による相談を無料で実施 	弁護士会犯罪被害者支援センター  03-3581-6666  平日 11:00～16:00 ※弁護士が直接電話に応じ、上記時間の中でまずは無料電話相談(30分以内)を行います。 東京三弁護士会多摩支部 (犯罪被害者支援相談)  042-548-3870  火 13:00～16:00 ※弁護士が直接電話に応じ、上記時間の中でまずは無料電話相談(30分以内)を行います。 
犯罪被害者等法律援助 ※資力要件あり、原則無料 ※令和8年1月13日以降に被害にあわれた方が対象  殺人や性犯罪など特定の犯罪にあわれた方やその家族が、刑事・民事・行政その他の手続について、弁護士による支援を受けられる	法テラス (日本司法支援センター東京地方事務所) 犯罪被害者支援ダイヤル <small>なくこたないよ</small>  0120-079714  IP 電話からは 03-6745-5601  平日 9:00～21:00、土 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く) 

手続・内容	窓口・問合せ
DV 等被害者法律相談援助制度  DV・ストーカー・児童虐待の被害を現に受けている方などに対し、資力にかかわらず再被害の防止に必要な法律相談を実施	(前ページから続く)
犯罪被害者法律援助（日弁連委託援助） ※資力要件あり  刑事裁判、少年審判等手続、行政手続に関する活動を希望する際の弁護士費用等を援助	
被害者参加人のための国選弁護制度 ※資力要件あり  裁判所が被害者参加弁護士を選定し、国がその費用を負担	
被害者参加旅費等支給制度  被害者参加制度を利用して刑事裁判に出席された方に、国がその旅費等を支給	
民事法律扶助制度 ※資力要件あり  経済的に余裕がない方が法的トラブルにあったとき、無料で法律相談を行い、弁護士・司法書士の費用を立替える	法テラス・サポートダイヤル おなやみなし  0120-078784   IP 電話からは 03-6745-5600   平日 9:00～21:00、土 9:00～17:00 （祝日・年末年始を除く）
被害者参加制度における弁護士費用の助成 《 5 ページ 》 ※資力要件あり  刑事裁判において被害者参加制度を利用する場合に弁護士費用（着手金）を助成（被害者参加人のための国選弁護制度の対象の場合を除く） 	弁護士会犯罪被害者支援センター  03-3581-6666   平日 11:00～16:00 ※弁護士が直接電話に応じ、上記時間の中でまずは無料電話相談(30分以内)を行います。 《 制度に関する問合せ 》 ◎ 東京都総務局人権部被害者支援連携担当  03-5388-2589  平日 9:00～17:00
刑務所、少年院収容中の加害者に関する相談  被害に関する心情、被害者の置かれている状況、受刑・在院中の加害者の生活や行動に関する意見を聴き、希望に応じて受刑中・在院中の加害者に伝達 	関東矯正管区成人矯正第二課  048-600-1500（代表）  048-854-8850（専用電話）  平日 8:30～17:15 矯正施設（刑務所、少年院又は少年鑑別所）  平日 8:30～17:00 

手続・内容	窓口・問合せ
保護観察中の加害者に関する相談  被害に関する心情、保護観察中の加害者の生活・行動に対する意見を聴き、希望に応じて、保護観察中の加害者へ伝達する制度や相談等の受付 	東京保護観察所犯罪被害者等相談室  03-3597-0132  平日 9:30 ~ 17:00 地方更生保護委員会・保護観察所
一般的な法律問題に関する相談	お住まいの区市町村（法律相談窓口） ◎ まずは区市町村の総合的対応窓口にご相談ください。 

【犯罪被害者等団体・自助グループ】

手続・内容	窓口・問合せ
犯罪被害者支援団体	犯罪被害者支援団体紹介ページ （警察庁犯罪被害者等支援ポータルサイト「ギゅっとCH」） 
犯罪被害者団体	犯罪被害者団体紹介ページ （警察庁犯罪被害者等支援ポータルサイト「ギゅっとCH」） 