

中野区若者相談

☎03-5937-3271

—受付時間—

平日8:30～17:00

—対象者—

中野区在住・在学・在勤の
15歳(※)から39歳までの方
※義務教育終了後から

将来が不安…

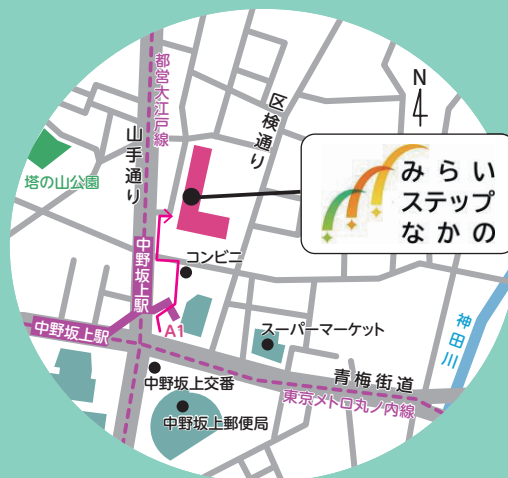
こんなこと誰にも相談できない…

一人で悩んでいてどうしたら
いいのかわからない…

なんだか寂しい…

うまく話せなくても大丈夫。
困っていることや思いなど、
あなたの話をきかせてください。

案内図



- 所在地 〒164-0011 中野区中央1-41-2
みらいステップなかの
子ども・若者支援センター 6階
- アクセス 東京メトロ丸ノ内線・都営大江戸線
中野坂上駅 A1出口から徒歩2分

施設紹介

中野区若者フリースペース ～まごころドーナッツ～

子ども・若者支援センター内には、様々な使い方ができる若者のためのフリースペースもあります。詳しくは下記連絡先までお問い合わせください。

場 所：子ども・若者支援センター 4階
TEL：03-5937-3664

▼HPはこちら▼



中野区
若者相談HP

中野区
若者相談

nakanoku
wakamono
soudan

なかのにある
若者のための
相談先



利用したいときは…

電話で相談・会って相談どちらでもOK



Step1

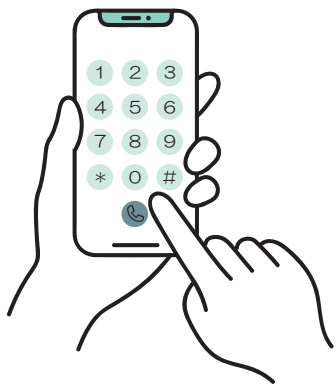
まずはお電話を!

「どこに相談したらいいのかわからない…」

「こんなこときいていいの?」

学校のこと、職場のこと、家族のこと、自分自身のこと、どんなことでも相談できます。

匿名での相談もOKです。



☎ 03-5937-3271

—受付時間—

平日8:30～17:00

—対象者—

中野区在住・在学・在勤の
15歳(※)から39歳までの方
※義務教育終了後から

Step2

電話で相談

そのまま電話で相談をします。もちろん1回だけの相談も可能です。安心できる場所からお電話ください。

会って相談



会って相談をします。悩んでいること、不安に思っていることなど、なんでもお話しください。個別でゆっくり相談できるお部屋もあります。

※電話で面談の日程を調整します。



◀相談室



6階総合受付▷

Step3

つづけて相談

心理や福祉等の知識を持つ相談員による、継続相談も可能です。ひとりひとりの方と、これからのことを一緒に考えます。

他機関等のご案内

相談内容に応じて、より専門的な機関や制度などの情報をご案内することもできます。



ご本人からの相談以外も受け付けています

- ・ご家族からの相談
- ・学校・関係機関からの紹介や相談、問い合わせ

どのようなことでも大丈夫です。
どうぞご連絡ください。