

借金返済 でお困りの方へ

東京都の
無料相談

電話でも
来所でも



◆ 必ず解決できます！
◆ 一人で悩まず相談を！

令和8年9月7日月・8日火

弁護士相談・司法書士相談・
家計整理相談が受けられます

9時～17時

多重債務
110番



03-3235-1155

東京都消費生活総合センターでは
常時無料相談を行っております。
詳しくはホームページをご覧ください。



東京くらしWEB

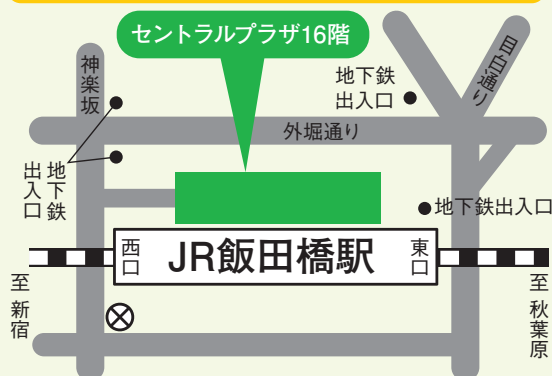
連携事業

「自殺防止！ 東京キャンペーン」特別電話相談



東京都自殺相談ダイヤルなど
詳しくはホームページをご覧ください。

対象：都内在住・在勤・在学の方



- JR 飯田橋駅西口
- 東京メトロ東西線・有楽町線・南北線「飯田橋駅」B2b 出口
- 都営地下鉄大江戸線「飯田橋駅」B2b 出口

東京都消費生活総合センター

● 多重債務 110 番を実施する区市町一覧

区 名	相談電話番号	相談時間	市町名	相談電話番号	相談時間
千代田区	03-5211-4314	9:00～16:30	八王子市	042-631-5455 ※来所相談は事前予約制	9:00～16:30 ※弁護士相談は14:00～16:00(要事前予約)
中央区	03-3543-0084 03-3546-5727	9:00～16:00	立川市	042-528-6810	9:00～16:00 ※来所相談は事前予約制
港区	03-3456-6827	9:30～16:00	武蔵野市	0422-21-2971	9:00～16:00 ※来所相談は事前予約制
新宿区	03-5273-3830	9:00～17:00 ※来所相談は16:30まで	三鷹市	0422-47-9042	10:00～16:00 ※来所相談は事前予約制 ※12:00～13:00昼休
文京区	03-5803-1106	9:30～16:00	青梅市	0428-22-6000	10:00～16:00 ※弁護士相談は7日のみ13:00～16:00(要事前予約) ※12:00～13:00昼休
台東区	03-5246-1133	9:00～16:00	府中市	042-360-3316	10:00～16:00 ※12:00～13:00昼休
墨田区	03-5608-1773	9:00～16:30	昭島市	042-544-9399	9:00～16:00 ※12:00～13:00昼休 ※受付は15:30まで
江東区	03-3647-9110	9:30～16:30	調布市	042-481-7034	9:00～15:30 ※来所相談は事前予約制(15:00まで) ※12:00～13:00昼休
品川区	03-6421-6137	9:00～16:00	町田市	042-722-0001	9:00～16:00
目黒区	03-3711-1140	9:30～16:30 ※受付は16:00まで	小金井市	042-384-4999	9:30～16:00 ※12:00～13:00昼休
大田区	03-3736-0123	9:00～16:30 ※弁護士相談は8日午後のみ(要事前予約)	小平市	042-346-9550	9:00～16:00 ※12:00～13:00昼休
世田谷区	03-3410-6522	9:00～16:30 ※弁護士相談は10:00～12:00、14:00～16:00(要事前予約)	日野市	042-581-3556	9:30～16:00 ※来所相談は事前予約制
渋谷区	03-3406-7644	9:30～16:00 ※来所相談は事前予約制	東村山市	042-395-8383	9:00～16:00 ※12:00～13:00昼休
中野区	03-3228-5438	9:30～16:00 ※来所相談は事前予約制	国分寺市	042-312-8712	9:30～15:30 ※12:00～13:00昼休
杉並区	03-3398-3121	9:00～16:00	国立市	042-576-3201	10:00～16:00
豊島区	03-3984-5515	9:30～16:30	福生市	042-551-1699	10:00～16:00 ※9月7日のみ実施 ※12:00～13:00昼休
北区	03-5390-1142	9:30～16:00	狛江市	03-3430-1111 (内) 2229	9:00～15:00 ※12:00～13:00昼休
荒川区	03-5604-7055	8:30～16:30	東大和市	042-563-2111 (内) 1713	10:00～16:00 ※来所相談は事前予約制
板橋区	03-3962-3511	9:00～16:30	清瀬市	042-495-6212	10:00～16:00 ※12:00～13:00昼休
練馬区	03-5910-4860	9:00～16:30	東久留米市	042-473-4505	10:00～16:00 ※12:00～13:00昼休
足立区	03-3880-5380	9:00～16:45 ※弁護士相談あり(要事前予約)	武蔵村山市	042-565-1111	9:30～16:00 ※9月7日は(内)108本庁舎、8日は(内)109緑が丘出張所
葛飾区	03-5698-2311	9:00～17:00	多摩市	042-374-9595	9:30～16:00 ※12:00～13:00昼休
江戸川区	03-5662-7637	9:00～16:00	稲城市	042-378-3738	9:30～15:30 ※12:00～13:00昼休
○区市町では、この日以外でも多重債務相談を行っています。 ○区市町によっては昼(12:00～13:00)相談受付を休止する場合があります。 ※詳しくは各区市町にご確認ください。			羽村市	042-555-1111 (内) 641	9:30～15:30 ※12:00～13:00昼休
			あきる野市	042-558-1111	9:00～16:00 ※9月7日のみ実施 ※12:00～13:00昼休
			西東京市	042-462-1100	10:00～16:00 ※来所相談は事前予約制 ※12:00～13:00昼休
			瑞穂町	042-557-7633	9:00～16:00 ※12:00～13:00昼休

● 次の窓口でも、常時無料相談を行っています。

- 弁護士会の法律相談センター
- 司法書士会の総合相談センター
- 日本司法支援センター東京地方事務所(法テラス東京)
- 日本クレジットカウンセリング協会
- 全国クレサラ・生活再建問題被害者連絡協議会
- 財務省関東財務局東京財務事務所多重債務相談窓口
- 日本貸金業協会 貸金業相談・紛争解決センター
- 東京都生活再生相談窓口

詳しくはホームページをご覧ください
消費生活に関わる東京都の情報サイト
「東京くらし WEB」

