



借金返済

でお困りの方へ

東京都の

◆ 必ず解決できます!
一人で悩まず相談を!

無料相談

来所相談も受けられます

◆ 令和7年3月3日月・4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

連携事業

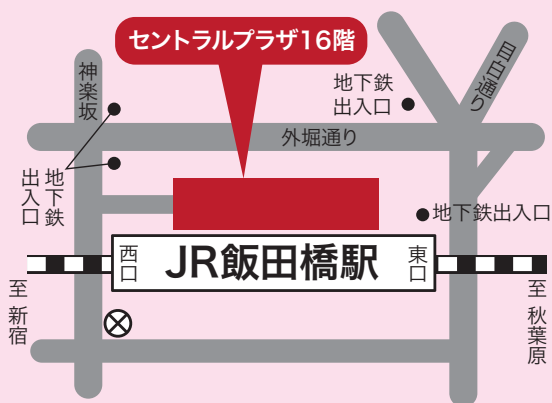
「自殺防止！東京キャンペーン」特別電話相談

- 東京都自殺相談ダイヤル
- 自殺予防いのちの電話
- 東京自殺防止センター
- 有終支援いのちの山彦電話
- 自死遺族傾聴電話
- 自死遺族相談ダイヤル

詳しくはホームページをご覧ください
東京都消費生活情報サイト「東京暮らしWEB」



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 <small>※弁護士相談あり(要事前予約)／4日は電話相談のみ</small> | 9:00～16:30 |
| 中央区 | 03-3543-0084 03-3546-5727 | 9:00～16:00 | 立川市 | 042-528-6810 | 9:00～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> |
| 港区 | 03-3456-6827 | 9:30～16:00 | 武蔵野市 | 0422-21-2971 | 9:00～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> |
| 新宿区 | 03-5273-3830 | 9:00～17:00 <small>※来所相談は16:30まで</small> | 三鷹市 | 0422-47-9042 | 10:00～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> |
| 文京区 | 03-5803-1106 | 9:30～16:00 | 青梅市 | 0428-22-6000 | 10:00～16:00 <small>※弁護士相談は4日のみ(要事前予約)</small> |
| 台東区 | 03-5246-1133 | 9:00～16:00 | 府中市 | 042-360-3316 | 10:00～16:00 |
| 墨田区 | 03-5608-1773 | 9:00～16:30 | 昭島市 | 042-544-9399 | 9:00～16:00 |
| 江東区 | 03-3647-9110 | 9:30～16:30 | 調布市 | 042-481-7034 | 9:00～15:30 <small>※来所相談は事前予約制(15:00まで)</small> |
| 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 <small>※受付は16:00まで</small> | 小金井市 | 042-384-4999 | 9:30～16:00 |
| 大田区 | 03-3736-0123 | 9:00～16:30 <small>※弁護士相談は4日のみ(要事前予約)</small> | 小平市 | 042-346-9550 | 9:00～16:00 |
| 世田谷区 | 03-3410-6521 | 9:00～16:30 <small>※弁護士相談あり(要事前予約)</small> | 日野市 | 042-581-3556 | 9:30～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> |
| 渋谷区 | 03-3406-7644 | 9:30～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> | 東村山市 | 042-395-8383 | 9:00～16:00 |
| 中野区 | 03-3228-5438 | 9:30～16:00 <small>※弁護士相談あり(要事前予約)</small> | 国分寺市 | 042-312-8712 | 9:30～15:30 |
| 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 | 西東京市 | 042-462-1100 | 10:00～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> |
| 北区 | 03-5390-1142 | 9:30～16:00 | 福生市 | 042-551-1699 | 10:00～16:00 <small>※3月3日のみ実施</small> |
| 荒川区 | 03-5604-7055 | 8:30～16:30 | 狛江市 | 03-3430-1111 <small>(内) 2229</small> | 9:00～15:00 |
| 板橋区 | 03-3962-3511 | 9:00～16:30 | 東大和市 | 042-563-2111 <small>(内) 1713</small> | 10:00～16:00 <small>※来所相談は事前予約制</small> |
| 練馬区 | 03-5910-4860 | 9:00～16:30 | 清瀬市 | 042-495-6212 | 10:00～16:00 |
| 足立区 | 03-3880-5380 | 9:00～16:45 <small>※弁護士相談あり(要事前予約)</small> | 東久留米市 | 042-473-4505 | 10:00～16:00 |
| 葛飾区 | 03-5698-2311 | 9:00～17:00 | 武蔵村山市 | 042-565-1111 <small>※3月3日は(内)108本庁舎、4日は(内)109緑が丘出張所</small> | 9:30～16:00 |
| 江戸川区 | 03-5662-7637 | 9:00～16:00 | 多摩市 | 042-374-9595 | 9:30～16:00 |
| <p>○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。</p> | | | 稲城市 | 042-378-3738 | 9:30～15:30 |
| | | | 羽村市 | 042-555-1111 <small>(内) 641</small> | 9:30～15:30 |
| | | | あきる野市 | 042-558-1111 | 9:00～16:00 <small>※3月3日のみ実施</small> |
| | | | 瑞穂町 | 042-557-7633 | 9:00～16:00 <small>※3月4日のみ実施</small> |

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

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

