



生活に困っていて相談先に迷ったら…



担当地域の **総合福祉事務所** へご連絡ください



▲区ホームページ

総合福祉事務所	問合せ(平日8:30~17:15)	担当地域
練馬(豊玉北6-12-1 区役所西庁舎2階)	☎5984-4742	〒176の地域
光が丘(光が丘2-9-6 光が丘区民センター2階)	☎5997-7714	〒179の地域
石神井(石神井町3-30-26 石神井庁舎3階)	☎5393-2802	〒177の地域
大泉(東大泉1-29-1 大泉学園ゆめりあ1(4階))	☎5905-5263	〒178の地域

総合福祉事務所は、福祉の総合相談窓口です。生活にお困りのときは、抱え込まずに相談してください。生活保護など、必要な支援につなぎます。



※ご自分の郵便番号が分からない場合は、どの総合福祉事務所でも相談を受け付けます。

こんな悩みはありませんか？

借金や滞納があって生活が苦しい

進学のための受験料が用意できない

DVや虐待、家庭内のもめごとで困っている

病気やけがで働けない

病院に行きたいけど、医療費が払えない

ひとり親家庭にはどんな支援があるの？



障害のことで相談先に迷ったら…



障害者地域生活支援センターへご連絡ください



▲区ホームページ

担当地域はありません。どの障害者地域生活支援センターでも相談を受け付けます。

障害者地域生活支援センター	問合せ (平日9:00~20:00、土・日曜12:00~20:00<祝休日、年末年始を除く>)
きらら(豊玉北5-15-19 豊玉すこやかセンター6階)	☎3557-9222 FAX 3557-2090
すてっぷ(光が丘2-9-6 光が丘区民センター6階)	☎5997-7858 FAX 5997-7857
ういんぐ(石神井町7-3-28 石神井保健相談所内)	☎3997-2181 FAX 3997-2182
さくら(東大泉5-35-2 地域子ども家庭支援センター大泉内)	☎3925-7371 FAX 3925-7386

※すてっぷ、ういんぐは火曜、きらら、さくらは水曜休館。

障害者地域生活支援センターは、障害のある方やその家族が地域で孤立せず、安心して自分らしく暮らせるようにサポートします。また、地域住民と交流するイベントを開催したり、作業所と連携して就労を支援したりします。



こんな悩みはありませんか？

自立したいけど、どうしたらいいか分からない

どんな支援が受けられるんだろう？

福祉サービスの申請方法が知りたい

障害のある家族の将来が心配

同じ悩みを抱える人と交流できる場がほしい

仕事や地域で人間関係がうまくいかない



手話通訳を利用できます

聴覚障害のある方がスムーズに相談できるように、障害者地域生活支援センターなどの窓口に手話通訳者を配置しているほか、区役所や総合福祉事務所など40カ所で遠隔手話通訳を利用できます。実施日など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

