

渋谷区アイリス相談

無料

ジェンダー・セクシュアリティなど人権に関する相談窓口です



法律相談

悩みごと何でも相談

LGBTQにじいろ電話相談

ひとりで悩んでいませんか？

アイリスでは、さまざまな悩みを抱える方の
問題解決へ向けたお手伝いをしています。

プライバシーは堅く守ります。



▲アイリス相談HP

2026.04

法律相談・悩みごと何でも相談

予約電話 ☎ **03-3464-3395**

(要予約 月ごとに月初の開館日9時から予約受付)

	相談名 (相談員)	内容	開催日	時間 (1人)
①	法律相談 (弁護士)	離婚、人権、相続、土地、財産、パートナーシップ証明に必要な公正証書についてなど	第2・4火曜日 13:00～16:00	50分
②	悩みごと何でも相談 (心理カウンセラー)	セクハラ、DV、デートDV、人間関係、家族の問題、心の問題など	第3・4金曜日 13:00～16:00	50分

<ご注意事項>

- 相談日は変更される場合があります。相談日一覧をご参照ください。
- 予約は月ごとに月初の開館日の9:00から受け付けます。
- 公的な無料相談窓口のため、お一人当たりの回数には制限がございます。
- 電話及びオンライン相談によって生じる通信料金は、相談者ご自身での負担となります。

LGBTQにじいろ電話相談

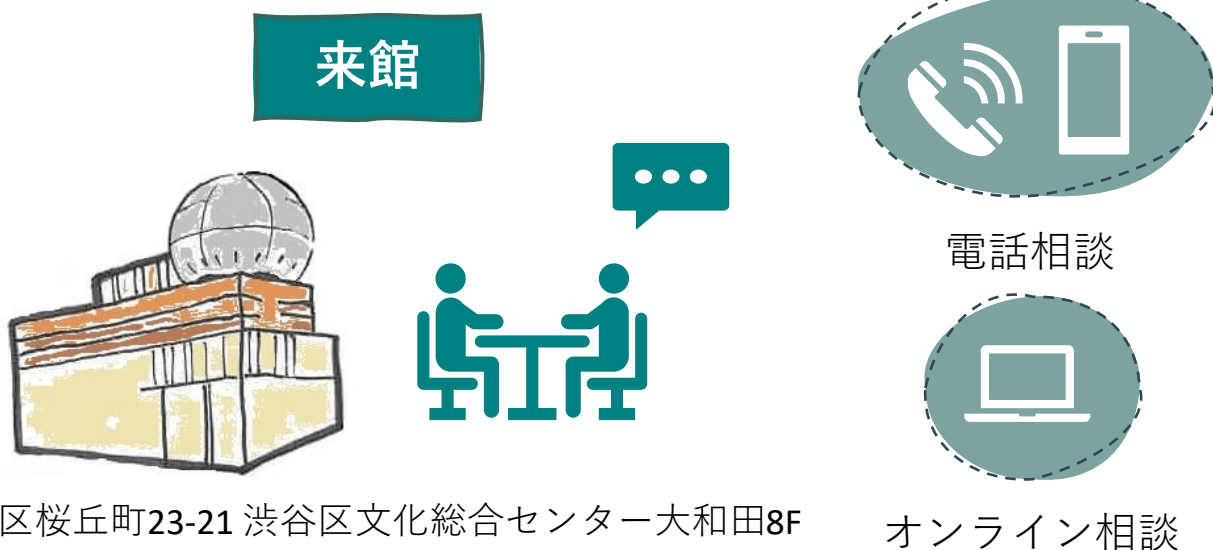
専用電話 ☎ **03-3464-3401**

(予約不要 相談当日のみつながります)

	相談名 (相談員)	内容	開催日	時間 (1人)
③	LGBTQにじいろ電話相談 (専門相談員)	パートナーや家族、友人との関係、職場や学校での問題など	第2・4土曜日 13:00～16:00	30分

法律相談・悩みごと何でも相談は予約制です。

来館での相談が難しい場合は、電話やオンライン相談も実施しています。



ご利用の流れ



①電話で仮予約



②電子申請



③予約確定メール



④相談

「予約日・時間」
を取得

※来館の場合は
①仮予約のみで
予約完了

必要な情報を入力
して本予約

※原則、仮予約か
ら3日以内にお願
いします。

相談日までに予約確定
メールが届く
(オンライン会議用の
URL/電話番号・会議
室番号が届く)

スマホからオンライン会議をご利用の場合、
「マイクロソフト Teams」
アプリのインストールが必要です

< 電子申請 (Grafferスマート申請 アイリス相談) >



渋谷区アイリス相談

<https://ttzk.graffer.jp/ward-shibuya/smart-apply/apply-procedure/4186635723284563389/door>



- ※ 電子申請で登録いただいたメールアドレスへ、オンライン相談のURLなどをご案内します。
- ※ 電子申請の利用が難しい場合は、仮予約の際にお知らせください。
- ※ ご予約をキャンセル又は変更される場合は【03-3464-3395】にご連絡ください。

2026年度 アイリス相談日程一覧

法律相談（火曜日）

2026	4月14日	4月28日	2026	10月20日	10月27日
	5月12日	5月26日		11月10日	11月17日
	6月9日	6月23日		12月8日	12月22日
	7月14日	7月28日	2027	1月19日	1月26日
	8月11日	8月25日		2月9日	2月23日
	9月8日	9月29日		3月9日	3月23日

悩みごと何でも相談（金曜日）

2026	4月17日	4月24日	2026	10月16日	10月23日
	5月15日	5月22日		11月20日	11月27日
	6月19日	6月26日		12月18日	12月25日
	7月17日	7月24日	2027	1月15日	1月22日
	8月21日	8月28日		2月19日	2月26日
	9月18日	9月25日		3月19日	3月26日

LGBTQにじいる電話相談（土曜日）

2026	4月11日	4月25日	2026	10月10日	10月24日
	5月9日	5月23日		11月14日	11月28日
	6月13日	6月27日		12月12日	12月26日
	7月11日	7月25日	2027	1月9日	1月23日
	8月8日	8月22日		2月13日	2月27日
	9月12日	9月26日		3月13日	3月27日

渋谷インクルーシブシティセンター ＜アイリス＞

渋谷区桜丘町23-21
 渋谷区文化総合センター大和田8階
 電話 03-3464-3395
 FAX 03-3464-3398



アイリスHP▶



《アクセス》JR渋谷駅 新南改札から徒歩5分
 車でのご来館はご遠慮ください。