



女性の悩み相談サイト

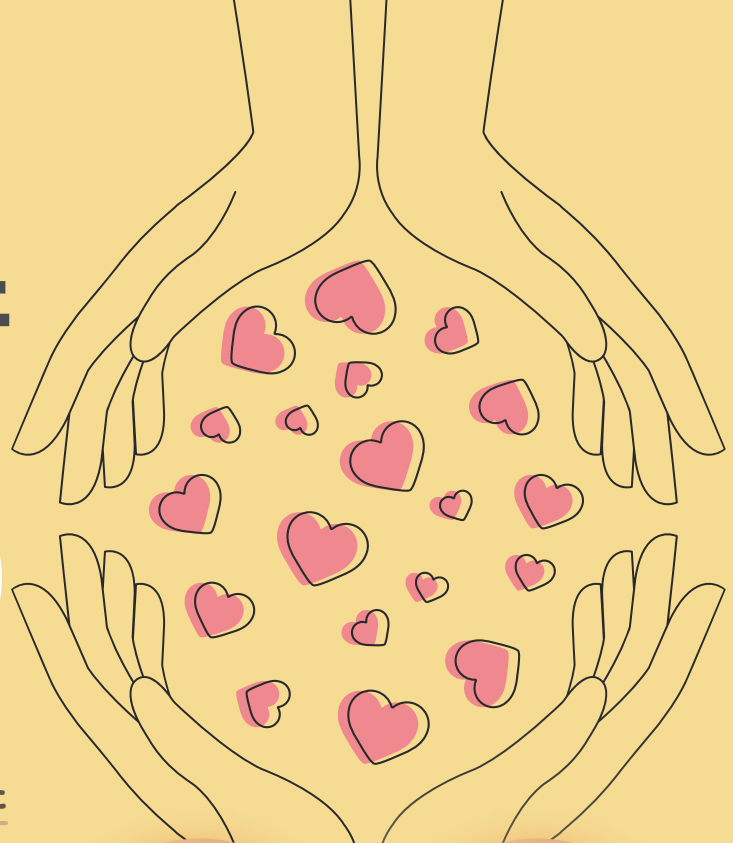
# TOKYO

# メンターカフェ

身近な**悩み事**で**モヤモヤ**するとき  
誰かに**相談**したい、**話を聞いてほしい**  
と思ったことはありませんか？

TOKYO メンターカフェは、そんなちょっとした  
悩みをインターネットで気軽に相談ができる女性  
のための悩み相談サイトです。

仕事、子育て、介護などを経験してきた  
都民メンターがあなたの悩みをお聞きします。



相談  
無料

匿名で  
相談可

## 相談できること



仕事の悩み



妊娠や子育ての悩み



介護の悩み



暮らしの悩み



地域活動の悩み



人間関係の悩み

URL <https://www.mentor-cafe.metro.tokyo.lg.jp>



TOKYO メンターカフェ

検索



東京都

東京で輝く、  
自分らしく。



## コンテンツ

### お悩み相談掲示板

ちょっとした悩み事、モヤモヤすること、不安に思うことなどを相談することができます。共感してほしいこと、愚痴を聞いてほしいこと、何でも結構です。都民メンターがあなたの悩みをお聞きます。相談するには会員登録が必要です。

### メンター紹介

都民メンターのプロフィールをご覧いただくことができます。また、これまでの経験や苦労したことなどを取材したインタビューも掲載しています。都民メンターってどんな人なんだろう?と思った方、ぜひ一度ご覧ください。

### 東京都事業紹介

東京都が実施している事業のリンク集です、東京都は、全ての女性が意欲と能力に応じて多様な生き方が選択できる社会の実現に向け、仕事、妊娠や子育てなどをはじめとした様々な取組みを行っています。

### 専門相談案内

各種相談窓口を掲載しています。専門的な内容を相談したい方、支援などについて詳しく相談したい方はこちらをご覧ください。窓口の詳細を確認できるように、各ホームページへのリンクも掲載しています。

### ブログ

都民メンターのブログです。都民メンターがそれぞれの視点で、相談を読んで感じたこと、アドバイスを行ってみたいこと、同じような悩みを持つ人に伝えたいことなどについて記載します。ぜひご覧ください。



## 利用方法

#### STEP1

#### 会員登録

相談するには会員登録が必要です。サイト上の「会員登録ボタン」から仮登録フォームへお進みください。

#### STEP2

#### 仮登録手続き

仮登録フォームで利用規約を確認後、メールアドレスとパスワードを入力し「この内容で登録する」をクリックしてください。

#### STEP3

#### 本人確認メール受信

登録したメールアドレス宛に本人確認メールが届きます。受信したらメールに記載されているリンクをクリックしてください。

#### STEP4

#### 本人認証手続き

本人確認メールのリンクをクリックするとサイトに移動し、本人認証が完了します。

#### STEP5

#### プロフィール入力

マイページへ進み、ニックネーム、自己紹介文などの簡単なプロフィールを入力します。

#### STEP6

#### 会員登録完了

プロフィールを入力したら「この内容で更新する」をクリックすると会員登録が完了します。

## 注意事項

- 都民メンターは専門家ではありませんので、専門的な相談についてはお答えできない場合があります。
- 投稿された相談は即時に公開されません。運営側で内容を確認し、都民メンターからの回答を記載したうえでサイトに公開させていただきます。
- 相談は24時間365日（保守点検による停止を除く）受け付けますが、都民メンターからの回答が来るまでに日数を要する場合があります。