

# 孤独・孤立対策に関する相談窓口

| 相談名など                  | 相談内容                                             | 相談日／相談時間／<br>相談方法など                                                                         | 相談場所／問い合わせ先                                                                                    |
|------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ひきこもり                  |                                                  |                                                                                             |                                                                                                |
| ひきこもり相談                | ひきこもりに関する相談、助言（15歳～64歳の方が対象）                     | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                                  | 障がい福祉課<br>市庁舎1階<br>Tel047-453-9206                                                             |
| ひきこもり<br>電話相談<br>（相談員） | ひきこもりに関する問題を抱えた本人や家族からの電話相談                      | 電話相談<br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 9時30分～16時30分                                                       | 千葉県ひきこもり<br>地域支援センター<br>千葉市美浜区豊砂6-1<br>千葉県精神保健福祉センター内<br>Tel043-307-3812                       |
| 教育相談                   | 小中学生とその保護者を対象に、不登校に関する相談                         | 電話相談<br>来所相談 要予約<br>訪問相談 要予約<br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 9時～17時                                     | 総合教育センター<br>東習志野3-4-4<br>（教育相談専用）<br>Tel047-475-8341                                           |
| 悩みごと・心の健康              |                                                  |                                                                                             |                                                                                                |
| 男性のための<br>総合相談         | 男性が抱える様々な悩み、男性ならではの悩みに男性相談員が対応                   | 電話相談<br>●曜日 火・水・土曜日<br>●時間 火・水曜日 16時～20時<br>土曜日 12時30分～16時30分<br><br>※月曜祝日の翌日火曜日・祝日・年末年始は休み | 千葉県<br>男女共同参画センター<br>（相談専用）<br>Tel043-308-3421                                                 |
| 精神保健福祉<br>相談           | 心の健康、精神疾患についての無料相談<br>※精神科医による面接相談日もあり           | 電話相談<br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 9時～17時<br>※精神科医による面接相談は要予約<br>詳細はお問い合わせください。                       | 習志野健康福祉センター<br>（習志野保健所）<br>地域保健課<br>本大久保5-7-14<br>Tel047-475-5152                              |
| こころの<br>電話相談           | こころの健康に関する悩みや、医療機関や支援機関に関する情報提供についての本人や家族の方からの相談 | 電話相談<br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 9時～18時30分                                                          | 千葉県こころセンター<br>（千葉県精神保健福祉センター）<br>千葉市美浜区豊砂6-1<br>千葉県総合救急災害医療センター4階<br>（相談専用）<br>Tel043-307-3360 |
| 依存症電話相談                | アルコール、薬物、ギャンブル等の問題でお困りの本人や家族、支援者の方からの相談          | 電話相談<br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 9時30分～16時30分                                                       | 千葉県こころセンター<br>（千葉県精神保健福祉センター）<br>千葉市美浜区豊砂6-1<br>千葉県総合救急災害医療センター4階<br>（相談専用）<br>Tel043-307-3781 |

| 相談名など                            | 相 談 内 容                                                                                          | 相談日／相談時間／<br>相談方法など                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 相談場所／問い合わせ先                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| よりそい<br>ホットライン                   | どんなひとの、どんな悩<br>みにもよりそって、一緒<br>に解決する方法を探す                                                         | 電話相談 24時間                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 社会的包摂サポートセンター<br>よりそいホットライン<br>Tel0120-279-338                                                                                                                                                                                   |
| ぬくもり<br>ほっとらいん                   | 聴いてほしい・話した<br>い・誰かの声を聞きた<br>い、人間関係ほか多様な<br>悩み・不安などをお聴き<br>します                                    | 電話相談<br>●曜日 月・火・木・金曜日<br>(祝日も開設)<br>●時間 10時～16時                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | NPO法人 傾聴グループぬく<br>もりほっとらいん<br>Tel043-214-8398                                                                                                                                                                                    |
| 心配ごと相談<br>(心配ごと相談員)              | 家庭内など日常生活上の<br>様々な悩みごと・心配ご<br>とに関すること                                                            | 面接相談<br>①サンロード津田沼6階市民相談<br>室<br>●曜日 月・火・水・木曜日<br>●時間 13時～16時<br>◎受付 15時30分まで<br><br>②総合福祉センター 2階心配ご<br>と相談室及び東習志野コミュニ<br>ティセンター 3階 講義室A<br>●曜日 第2土曜日<br>●時間 13時～16時<br>◎受付 15時30分まで<br><br>電話相談<br>●曜日 第2土曜日<br>●時間 13時～16時                                                                                                                           | (福)習志野市社会福祉協議会<br>秋津3-4-1総合福祉センター2階<br>Tel047-452-4161<br>FAX047-451-8211<br><br>(第2土曜日相談専用<br>電話)<br>Tel047-451-9494                                                                                                            |
| 千葉いのちの<br>電 話<br>(ボランティア<br>相談員) | 仕事、家族、生き方、さ<br>まざまな人間関係や心の<br>痛みなど誰にも話せず<br>一人で困っている、またす<br>べての望みを断たれ途方<br>にくれている人のための<br>相談     | 電話相談<br>24時間365日<br><br>対面相談 要予約<br>●曜日<br>(当面は月・火・木・土のみ<br>の実施)<br>●時間 11時～、13時～、<br>14時30分～<br>◎予約受付<br>月～金曜日 9時～17時<br>* 祝日を除く<br>* 施設管理費として初回に<br>2,000円支払う。<br>(相談日当日)<br>* 相談時間は1回50分、<br>継続3回まで<br><br>インターネット<br>・返信は2週間以内<br>・緊急の相談は不可<br>・1件の相談につき3回まで<br>やり取り可能<br>・費用は無料<br><br>LINE相談<br>●曜日 第2・3・4日曜日<br>●時間 16時～19時<br>相談時間は1回50分 1日1回 | 千葉いのちの電話<br>千葉市中央区本町3-1-16<br>CIDビル 1F<br><br>電話相談<br>(24時間相談専用)<br>Tel043-227-3900<br><br>ナビダイヤル<br>(10時～22時)<br>Tel0570-783-556<br><br>フリーダイヤル<br>(毎月10日の午前8時～<br>翌日の午前8時)<br>Tel0120-783-556<br><br>予約受付専用<br>Tel043-222-4331 |
| 24時間子供<br>SOSダイヤル                | いじめ問題やその他の子<br>供のSOS全般に悩む子ど<br>もや保護者等が、いつで<br>も相談機関に相談できる                                        | 電話相談 24時間                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 24時間子供SOSダイヤル<br>Tel0120-0-78310                                                                                                                                                                                                 |
| いのち支える<br>SNS相談窓口<br>(LINE相談)    | 県内在住、在勤、在学で<br>様々なこころの悩みを持<br>つ方へ、専門のカウンセ<br>ラーがSNS (LINE) を通<br>じて、こころに寄り添<br>い、支援する相談窓口を<br>開設 | LINEアプリから「いのち支え<br>るSNS@ちば」を友だち登録<br>●曜日 水・土・日曜日<br>●時間 14時から22時まで<br>(受付は21時30分ま<br>で)<br><br>※自殺予防週間(9月10日から<br>16日)は毎日実施<br>※自殺対策強化月間(3月)は<br>月曜日を加えた週4日で実施                                                                                                                                                                                        | アカウント名：<br>いのち支えるSNS@ちば<br><br>                                                                                                              |

| 相談名など                                         | 相 談 内 容                                                    | 相談日／相談時間／<br>相談方法など                                                                   | 相談場所／問い合わせ先                                                |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 生活困窮者                                         |                                                            |                                                                                       |                                                            |
| 生活相談                                          | 生活保護制度について                                                 | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                            | 生活相談課<br>市庁舎1階<br>TEL047-453-9205                          |
| 生活・仕事相談                                       | 生活・多重債務などの相談支援の実施、住居確保給付金支給                                | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                            | らいふあつぷ習志野<br>(生活相談支援センター)<br>サンロード津田沼6階<br>TEL047-453-2090 |
| 高齢者                                           |                                                            |                                                                                       |                                                            |
| 高齢者の介護・福祉相談                                   | 高齢者の介護、福祉などの相談、高齢者の虐待の相談<br>成年後見制度に関すること                   | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                            | 高齢者支援課<br>市庁舎1階<br>TEL047-453-9225                         |
| 認知症高齢者<br>介護相談<br>(精神科医師・<br>ケースワーカー・<br>保健師) | 認知症の心配がある本人および家族の相談に関すること                                  | 面接相談 要予約<br>(各回2件まで)<br>●曜日 原則第2・4金曜日<br>●時間 14時30分～16時30分<br>◎予約受付<br>随時(相談日の1週間前まで) |                                                            |
| 高齢者<br>相談員制度                                  | ひとり暮らしの高齢者や地域で見守りが必要な高齢者を定期的に訪問し、日常生活の相談に応じたり、関係機関への案内を行う。 | 市の委嘱を受けた相談員が地域で活動しています。                                                               |                                                            |
| 障がい者                                          |                                                            |                                                                                       |                                                            |
| 障がい者等の福祉相談                                    | 障がいのある人や家族からの総合的な相談                                        | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                            | 障がい福祉課<br>市庁舎1階<br>TEL047-453-9206                         |
| 身体障がい者<br>相 談<br>(身体障がい者相談員)                  | 身体障がい者の相談に応じ、更生のために必要な援助を行う<br>※住宅のあっせんはしていません。            | 市の委嘱を受けた市内在住の相談員が障がい内容に応じて活動しています。<br>※各相談員が直接お受けします。                                 | 障がい福祉課<br>市庁舎1階<br>TEL047-453-9206<br>FAX047-453-9309      |
| 知的障がい者<br>相 談<br>(知的障がい者相談員)                  | 知的障がい者の相談に応じ、更生のために必要な援助を行う。                               |                                                                                       | ※各相談員の連絡先については障がい福祉課にお問い合わせください。                           |

| 相談名など          | 相 談 内 容                                                                        | 相談日／相談時間／<br>相談方法など                                                                    | 相談場所／問い合わせ先                                                                        |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>就労支援</b>    |                                                                                |                                                                                        |                                                                                    |
| 就労相談           | 仕事に就いておらず、働くことに悩みを抱えている原則15歳から49歳までの就職・就労意欲のある方およびその保護者を対象とした、公的機関による就職支援・就労支援 | <b>要予約</b><br>●曜日 火～土曜日<br>●時間 9時～16時                                                  | ふなばし地域若者サポートステーション<br>船橋市湊町2-1-2<br>Y.M.A Officeビル5階<br>Tel.047-437-6003           |
| <b>ひとり親家庭</b>  |                                                                                |                                                                                        |                                                                                    |
| ひとり親家庭の相談      | 母子家庭や父子家庭などのひとり親家庭に対する生活全般の相談                                                  | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                             | 子育て一歩課<br>市庁舎2階<br>Tel.047-453-9203                                                |
| <b>こども</b>     |                                                                                |                                                                                        |                                                                                    |
| 成長・発達についての相談   | 18歳未満の児童の成長や発達に関する心配ごとの相談                                                      | <b>要予約</b><br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時<br>◎予約受付 随時                                   | ひまわり発達相談センター<br>秋津3-5-1<br>Tel.047-451-2922<br>FAX.047-451-2002                    |
| 家庭児童相談         | 家庭内における児童の養育に関すること、児童虐待相談・通告など                                                 | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                             | こども家庭センター<br>(相談専用)<br>Tel.047-453-7322                                            |
| <b>こども・若者</b>  |                                                                                |                                                                                        |                                                                                    |
| ヤングケアラーに関すること  | ヤングケアラーに関する相談                                                                  | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                             | こども家庭課<br>市庁舎2階<br>Tel.047-453-7322                                                |
| <b>不登校・いじめ</b> |                                                                                |                                                                                        |                                                                                    |
| 教育相談           | 小中学生とその保護者を対象に、不登校、学校生活、いじめ、養育、学習など、教育上のことからに関する相談                             | 電話相談<br>来所相談 <b>要予約</b><br>訪問相談 <b>要予約</b><br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 9時～17時                  | 総合教育センター<br>東習志野3-4-4<br>(教育相談専用)<br>Tel.047-475-8341                              |
| メール相談<br>(いじめ) | いじめに関するメール相談                                                                   | メール相談 24時間受付<br><br>＊市内小中学生対象<br>＊夜間に着信した相談に対する返信は翌朝以降、土日・祝日に着信した相談に対する返信は休み明け以降になります。 | 総合教育センター<br>東習志野3-4-4<br>(いじめメール相談専用<br>メールアドレス)<br>tsunagaru@city.narashino.lg.jp |

| 相談名など                     | 相 談 内 容                                   | 相談日／相談時間／<br>相談方法など                                                                                                                 | 相談場所／問い合わせ先                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>女性</b>                 |                                           |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 女性の生き方<br>相 談<br>(カウンセラー) | 家族関係や夫婦問題・配偶者などの暴力、職場の人間関係など自分自身の生き方に関する事 | <b>面接相談のみ 要予約</b><br>●曜日・時間<br>第1・3金曜日<br>13時30分～16時15分<br>17時30分～20時15分<br>第2・4火曜日<br>第3水曜日<br>9時～11時45分<br>13時～16時45分<br>◎予約受付 随時 | 多様性社会推進課<br>市庁舎4階<br>(予約専用電話番号)<br>TEL070-1594-9399<br><br>相談場所は予約の際にご確認ください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>外国人</b>                |                                           |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 国際交流                      | 外国人の暮らしに関する事                              | ●曜日 月～土曜日<br>●時間 9時00分～17時00分<br>(日曜・祝日は休み)                                                                                         | 国際交流協会<br>サンロード津田沼6階<br>TEL047-452-2650                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>終活支援</b>               |                                           |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 終活支援                      | 終活に関する事                                   | ●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時                                                                                                          | 健康福祉政策課<br>市庁舎1階<br>TEL047-453-7375                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>成人・高齢者の健康</b>          |                                           |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 成人・高齢者の健康に関する相談           | 健康・介護予防に関する相談、栄養相談、歯科相談                   | <b>面接相談 要予約</b><br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時<br>◎予約方法<br>電話・ちば電子申請サービス<br><br><b>電話相談</b><br>●曜日 月～金曜日<br>●時間 8時30分～17時            | 健康支援課<br>市庁舎1階<br>TEL047-453-9302                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>その他</b>                |                                           |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| いつでも福祉相談サボット              | 生成AIがさまざまな困り事を聞いて、内容に応じて福祉の相談窓口を案内        | 24時間365日                                                                                                                            | 千葉県 健康福祉部 健康福祉指導課 地域福祉推進班<br><br><b>【WEB版】</b><br><a href="https://chibawelfarechatbot-d8ajf5b7eyake6bqa01.azurefd.net/chibapref-aichatbot-container-001/index.html">https://chibawelfarechatbot-d8ajf5b7eyake6bqa01.azurefd.net/chibapref-aichatbot-container-001/index.html</a><br><br><b>【LINE版】</b><br><a href="https://page.line.me/269jijkr?oat_content=url&amp;openQrModal=true">https://page.line.me/269jijkr?oat_content=url&amp;openQrModal=true</a> |