# 困った時の相談窓口一覧



あなたの悩み、誰かの悩み、話せる場所があります。

## ひとりで悩まず、 話してみませんか?



<三条市役所の相談窓口>★受付時間等の記載について「平日」は月~金曜日(祝日・年末年始除く)

	i談内容·担当地区	r受付時間等の記載につい( 1平) 相談窓口	受付時間等★	電話番号
健康	心と体の健康に関する相談	健康づくり課		0256-34-5445
	妊娠、出産、子どもの発育・ 妊娠の心配、子育ての悩み	 子ども家庭サポートセンター 	平日 8:30~17:15	0256-45-1131
妊	学校生活でのいじめ・不登 校の悩み	学校教育課	7 2 3 3 3 2 7 1 2 3	0256-45-1112
妊 産 婦	学齢期の学習・発達につい ての悩み	教育センター		0256-45-1116
子ども・青少年	青少年の不登校・進路など の悩み、心配ごと	青少年育成センター	平日 9:00~17:00 第 2·4 土曜 9:00~12:00	0256-32-4545
	LINE 子どもなんでも相談 妊娠・出産・乳幼児健診・ 予防接種・保育所・児童 クラブ・小中学校等	子育て支援課	受付時間:随時 回答時間:平日 9:00~ LINE 相談⇒	-17:00 •
	家庭や子どもの問題	子ども家庭サポートセンター 家庭児童相談		0256-45-1123
悩女 み性 の	離婚や DV に関する悩み	子ども家庭サポートセンター 女性相談	平日 8:30~17:00	
<b>त</b> ⋅	働くことに関する悩み・困り ごと相談	ワークサポート三条 (三条市就労支援相談室)	平日 10:00~18:00 メール相談⇒	0256-32-5262 <b>9</b> 39 <b>9</b>
	第二、第三中学校区	地域包括支援センター嵐北*		0256-36-0620
町者の総合相	第一、本成寺中学校区	地域包括支援センター嵐南*	月~土曜日	0256-36-5001
	第四、大崎、大島中学校区地域包括支援センター東*		8:30~17:30	0256-38-4455
	栄中学校区	地域包括支援センター栄*		0256-45-7600
	下田中学校区	地域包括支援センター下田*	平日 8:30~17:30	0256-46-3193

### <三条市役所の相談窓口>★受付時間等の記載について「平日」は月〜金曜日(祝日·年末年始除く)

	目談内	容・	担当地区		相談窓口	受付時間等★	電話番号
障がいに関する相談	第二、第三中学校区			相談支援	爰事業所つなぐ*	平日 9:00~17:00	0256-47-1221
	第一、本成寺中学校区		相談支援	受センターハート*	平日 8:30~17:30	0256-35-0815	
	第四、大崎、大島中学校区		相談支援	<b>受センタ−青空</b> ∗	平日 9:00~17:00	0256-47-1267	
	栄中学校区			相談支援	受センター心和園 *	平日 8:30~17:30	0256-46-8222
相談	下田中学校区			相談支援	受センターさんじょう社協 *	平日 8:30~17:15	0256-33-9510
	ピアカウンセリング		専用ダイ LINE 相	いに関するお悩み相談 ヤル 談 ともまちライフ 障がい支援係)	平日 8:30~16:45	0256-34-5690 LINE 相談	
	ひきこもり等の相談		三条ごも	りびと支援センター*	平日 9:00~17:00 第 2·4 土曜 9:00~12:00	080-2102-3216	
						平日 9:00~17:00	0256-47-4422
	生活困窮に関する相談		三条市社会福祉協議会*		LINE 相談⇒		
	生活保護に関する相談		福祉課生	E活支援係	平日 8:30~17:15	0256-34-5433	
		納税の相談		収納課		平日 月・水・木・金曜日 8:30~17:15 平日 火曜日 8:30~19:00	0256-34-5531
経   済	市税等に関する相談		市·県民税、	-1	市民税係		0256-34-5529
経済的な悩み		-	固定資産税、 軽自動車税	税務課	 資産税係	TET 0.20 17.15	0256-34-5530
み		の申書談に	国民健康保険 税、後期高齢者 医療保険料	健康づく	)課	平日8:30~17:15	0256-34-5442
		談		介護保険料	高齢介語	<b>養課</b>	
			市税等総合相詞	炎(LINE	目相談) ⇒ ■数	受付時間:随時回答時間:平日	9:00~17:00
	消費生活相談 (契約トラブル・悪質商法の被害・多重債務等)					平日 9:00~16:30 0256-34-5553 LINE 相談 ⇒ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	
そ	心配ごと・悩み事						
の他の!	人権問題・男女共同参画に 関する相談					平日 8:30~17:15	0256-34-5624
の相談	犯罪被害者等支援に関する 相談			環境課		平日 8:30~17:15 0256-34-5	
•	•			•		•	* 市の季託機関

### く三条市役所以外の相談窓口> ★受付時間等の記載について「平日」は月〜金曜日(祝日・年末年始除く)

		内容	相談窓口	受付時間等★	電話番号
こころの健康			こころの相談 にいがた 新潟県こころの相談ダイヤル	毎日 24 時間	0570-783-025
	こころの悩み・こころの 健康		三条地域振興局健康福祉環境部 (三条保健所)	₩□ 9.20- 17.15	0256-36-2363
			新潟県中越地域いのちとこころの 支援センター	平日8:30~17:15	0258-88-0070
•			 新潟いのちの電話 	毎日 24 時間	025-288-4343
医療に関			自殺予防いのちの電話 フリーダイヤル	毎日 16:00~21:00 毎月 10 日 8:00~翌 8:00	0120-783-556
に関する相談			SNS での相談はこちら(まもろうよここ	# #	
	緊急の精神科医療の 相談		新潟県精神医療相談窓口 ※緊急に限る。すでに精神科・心療内 科の治療を受けている場合は、かかりつけの医療機関に相談 (開設時間以外は最寄りの保健所へ相談)	夜間:平日・休日問わず 17:00〜8:30 休日:土曜・日曜・祝日 8:30〜17:00	0258-24-1510
○行き:	つけ・かた	<b>する相談</b> かりつけ薬局でも ごています。	新潟県薬剤師会お薬相談	平日(お盆を除く) 9:00~12:00 13:00~17:00	025-281-7730 [県内のみ↓] 0120-893-193
関子	18 歳までの子どもの 家庭や学校での問題		中央児童相談所	平日 8:30~17:15	025-381-1111
関する相談子どもに	いじめ・不登校の悩み		24 時間子供 SOS ダイヤル (新潟県いじめ・不登校相談電話)	毎日 24 時間	0120-0-78310 (025-285-1212)
談.			生徒指導課いじめ対策室	平日 8:30~17:15	025-280-5124
ハキマナハに目目 ナフ・ロミ火			三条地域振興局健康福祉環境部 (三条保健所)	平日 8:30~17:15	0256-36-2363
ひきこもりに関する相談			新潟県ひきこもり相談ダイヤル	平日 8:30~17:00	025-284-1001
	(契約)	活相談 〜ラブル・悪質商法 ・多重債務等)	消費者ホットライン (平 日:市民・消費生活相談 土曜日:新潟県消費生活センター 日曜日:国民生活センター	平日 9:00~16:30 土曜·日曜·祝日 10:00~16:00	「188」 (局番なし)
	による相談 新潟県弁護士	民事、多重債務、労働問題、DV・離婚		平日(お盆を除く) 9:00~17:00	025-222-5533
		高齢者、障がい者	高齢者障がい者電話相談 (相談料無料)	金曜日 (お盆を除く平日) 13:00~16:00	025-228-5900
		子どもの悩みごと	キッズ・ジュニア相談 (相談料無料)	月・木曜日 (お盆を除く平日) 16:00~19:00	0120-66-6310

### 〈三条市役所以外の相談窓口〉★受付時間等の記載について「平日」は月~金曜日(祝日・年末年始除く)

		相談内容	相談窓口	受付時間等★	電話番号
法律相談経済的な悩み、	中小企業		ひまわりほっとダイヤル	平日(お盆を除く) 10:00~12:00 13:00~16:00	0570-001-240
	一般法	法律相談	司法書士総合相談センター (相談料無料)	平日 10:00~12:00 13:00~16:00	025-240-7867
		<b>長務相談</b>	新潟県司法書士会 多重債務ホットライン (相談料無料)		025-240-7974
	自死にの法律	より大切な人を亡くした方 相談 -	自死遺族支援弁護団	毎週水曜日(平日) 12:00~15:00	050-5526-1044
就労、労働に関する相談	就職の相談	お仕事探しの相談	トローワーク三条	平日 8:30~17:15	0256-38-5431
		15 歳〜49 歳の無業者 の就労支援	三条地域若者 サポートステーション	平日 10:00〜17:00 第 2・4 土曜日 10:00〜15:00 ○Web 相談も可 (詳細はホームページ参照)	0256-32-3374
	や労働に関す		新潟産業保健総合支援 センター	火曜・水曜・木曜(平日) 午後 〇メール相談も可 (詳細はホームページ参照)	025-227-4411
		従業員 50 人未満事業 所の健康に関する相談	三条地域産業保健センター	平日 10:00~15:00	0256-46-0765
		解雇、雇止め、 いじめ・嫌がらせ等、 あらゆる労働問題	三条総合労働相談コーナー (三条労働基準監督署内)	平日 9:00~16:30	0256-32-1150
		労働に関する様々な お悩み	新潟県労働相談所	平日 9:00~17:00 ○オンライン相談も可 (詳細はホームページ参照)	025-281-6110
		労働、生活全般	新潟県ライフサポート センター	平日 10:00~16:00	0258-86-8898
なんでも相談 生活全般、		C 土 刑文	心配ごと相談 (三条市社会福祉協議会)	平日 9:00~17:00	0256-34-1700
も 根 談	欲しい	が悩みごと、悩みを聞いて 、DV・性暴力、性別や同 とど、外国語による相談	よりそいホットライン	毎日 24 時間	0120-279-338



### ひとりで悩まず、 話してみませんか?



悩みを抱えた時に、誰かに相談したり、助けを求めることは決して恥ずかしい ことではありません。まずはお気軽にご相談ください。

三条市健康づくり課 TEL0256-34-5445