

## あなたのための相談場所があります（鶴岡市版）

～ もし、あなたが悩んだら相談してください ～

## (1) つらい、消えたい、死んでしまいたい、と思ったら

|                                           |               |                                             |
|-------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------|
| こころの健康相談 鶴岡市健康課<br>(鶴岡市総合保健福祉センターにこころふる内) | ☎0235-35-0156 | 毎週水・金 ※要予約<br>①9:15 ②10:30 ③13:15 ④14:30    |
| こころの悩み電話相談室                               | ☎0235-22-3991 | 毎週火 10:00 ～ 12:00                           |
| 庄内保健所 地域保健福祉課<br>(山形県庄内総合支庁)              | ☎0235-66-4931 | 月～金 8:30 ～ 17:15<br>※祝祭日、年末年始(12/29～1/3)を除く |

## (2) 生きづらさを感じるなど様々な悩みについて相談したいとき

|                      |                                       |                                 |
|----------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| こころ元気相談会(NPO法人ぼらんたす) | 予約申込み(平日10:00～15:00)<br>☎0235-33-8730 | 毎月第2木・第4日 ※要予約<br>10:00 ～ 17:00 |
|----------------------|---------------------------------------|---------------------------------|

## (3) 18歳以下の方へ 心がもやもやしたり、不安や悩みを相談したいと思ったら

|                           |               |                                         |
|---------------------------|---------------|-----------------------------------------|
| 児童家庭支援センター シオン<br>(七窪恩園内) | ☎0235-68-5477 | 月～金、第2・4土 9:00 ～ 18:00<br>※緊急の場合は24時間対応 |
| 鶴岡市青少年育成センター              | ☎0120-028-234 | 月～金 8:30 ～ 17:15                        |

## (4) 妊娠・出産、子育て・子どもに関する様々な悩みを話したいと思ったら

|                                   |                           |               |                                        |
|-----------------------------------|---------------------------|---------------|----------------------------------------|
| 妊娠・出産・子育ての悩み                      | 鶴岡市健康課                    | ☎0235-35-0157 | 月～金 8:30 ～ 17:15                       |
| 妊娠・出産・子育て<br>学校・障害福祉の相談           | 子ども総合相談窓口<br>(こども家庭センター内) | ☎0235-35-1118 | 月～金 8:30 ～ 17:15                       |
| 子育て・家族・女性に関わる悩み                   | NPO法人 明日のたね               | ☎0235-64-8623 | 月水金 9:00 ～ 16:00<br>第2・4土 9:00 ～ 15:00 |
| いじめ・体罰その他教育全般、<br>障がいのある子の就学などの相談 | 鶴岡市教育委員会学校教育課             | ☎0235-57-4864 | 月～金 8:30 ～ 17:15                       |
| 不登校・発達などの相談                       | 鶴岡市教育相談センター               | ☎0235-23-9351 | 月～金 9:00 ～ 16:00                       |

## (5) 生活に関する様々な悩みについて相談したいとき

|                |                           |               |                  |
|----------------|---------------------------|---------------|------------------|
| 暮らしや仕事に関する相談   | 鶴岡市地域生活自立支援<br>センター「くらしス」 | ☎0235-29-1729 | 月～金 8:30 ～ 17:15 |
| 生活・福祉に関する様々な相談 | ふれあい福祉相談<br>(福)鶴岡市社会福祉協議会 | ☎0235-26-9222 | 月～金 8:30 ～ 17:15 |
| 生活保護に関する相談     | 鶴岡市福祉事務所<br>(福祉課 生活福祉係)   | ☎0235-25-2111 | 月～金 8:30 ～ 17:15 |

## (6) その他

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                   |                                                 |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------|
| 障害者(身体・知的・精神・発達)<br>の困りごとなど       | 障害者相談支援センター<br>にこころ                                                                                                                                                                                                                                                                                         | ☎0235-25-2794     | 月～金 8:30 ～ 17:15                                |
| ひきこもりに関する相談                       | ひきこもり相談<br>(NPO法人 一歩)                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ☎0235-24-1819     | ※要予約<br>月～金 10:00 ～ 17:00                       |
|                                   | 若者ひきこもり相談<br>(鶴岡市健康課)                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ☎0235-35-0156     | 毎週金 ※要予約<br>①13:15 ②14:30                       |
| 若者の仕事に関する相談                       | 庄内地域若者サポート<br>ステーション                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ☎0234-31-8383     | 月～金 ※要予約<br>10:00 ～ 18:00                       |
| ひとり親・困難を抱える女性の相談                  | こども家庭センター                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ☎0235-26-7043     | 月～金 8:30 ～ 17:15                                |
| 配偶者・パートナー等からの<br>暴力(DV)かもと思ったら    | 配偶者暴力相談支援センター<br>(DV相談支援センター)                                                                                                                                                                                                                                                                               | ☎ # 8008 全国共通短縮番号 | 毎日24時間                                          |
|                                   | 山形県庄内総合支庁<br>こども家庭支援課                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ☎0235-66-4759     | 月～金 8:30 ～ 17:15<br>※祝祭日、年末年始<br>(12/29～1/3)を除く |
| 高齢者に関する相談<br>お住まいの地域包括支援<br>センターへ | ●健康園地域包括支援センター(第1学区・第4学区)<br>●地域包括支援センターなえづ(第2学区・斎・黄金)<br>●地域包括支援センターつくし(第3学区・湯田川・田川)<br>●永寿荘地域包括支援センター(第5学区・京田・栄)<br>●地域包括支援センターかたりあい(第6学区・大泉・上郷・三瀬・由良・小堅)<br>●鶴岡西地域包括支援センター(大山・加茂・湯野浜・西郷)<br>●地域包括支援センターふじしま(藤島)<br>●地域包括支援センターはぐろ(羽黒)<br>●地域包括支援センターくしびき(櫛引)<br>●地域包括支援センターあさひ(朝日)<br>●地域包括支援センターあつみ(温海) |                   |                                                 |