

大切な

ひとりの命

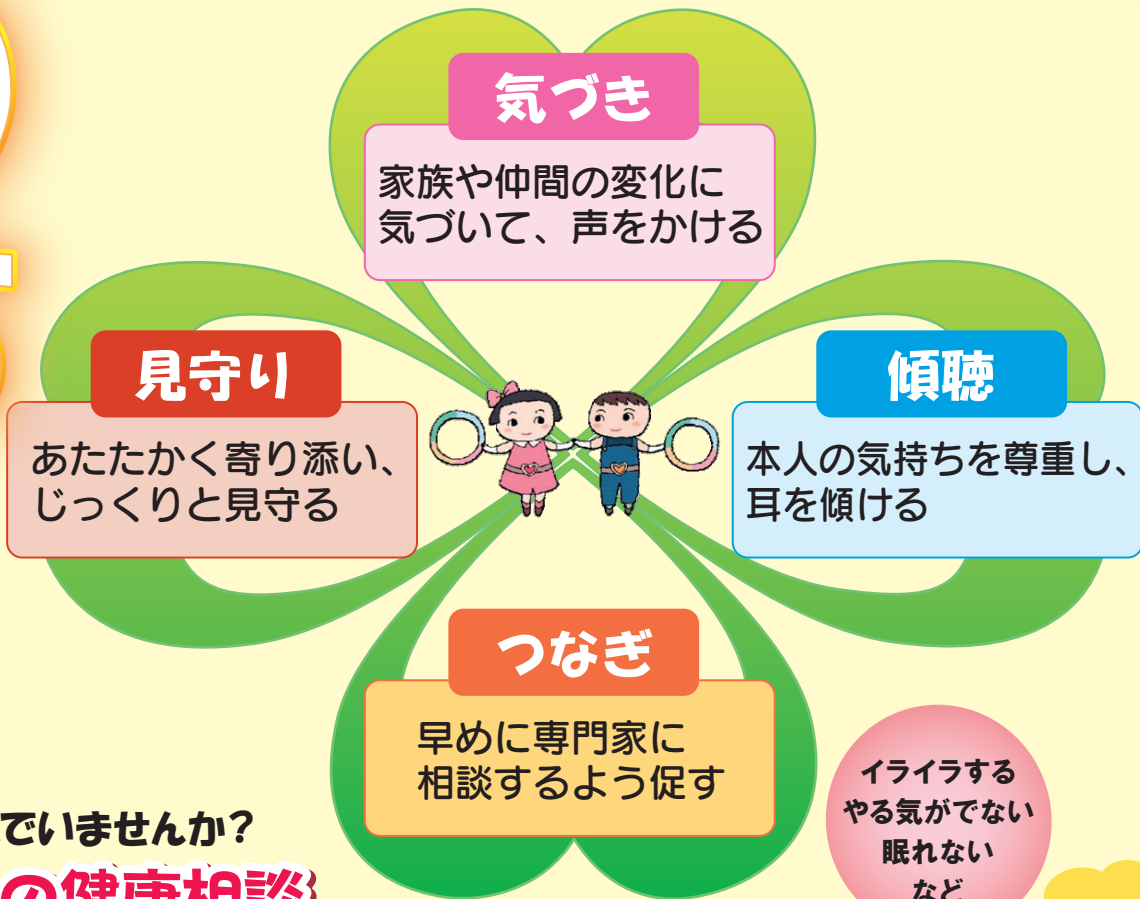


イラスト：細川貂々

大切な人の悩みに気づいてください

全国では年間2万4千人近くの方が自ら命をたっています。
 その一人ひとりとはかけがえのない大切な命です。
 あなたの身近に悩みを抱えている人はいませんか？

～声をかけ、耳を傾け、そして相談を～



イライラする
 やる気がでない
 眠れない
 など

ご相談ください

ひとりで悩んでいませんか？

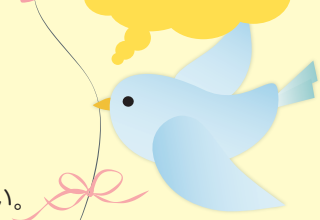
ココろの健康相談

※専門医の相談：月2回予約制
 各保健センターへ



いのち
支える

伊勢崎市は自殺予防に取り組んでいます。 ※相談窓口は裏面をご覧ください。



各種相談機関一覧

分類	窓口	電話番号	受付時間	
心の健康	伊勢崎市健康管理センター	0270-23-6675	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	赤堀保健福祉センター	0270-20-2210		
	あずま保健センター	0270-62-9918		
	境保健センター	0270-74-1363		
	伊勢崎保健福祉事務所	0270-25-5066	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	群馬県こころの健康センター	027-263-1156	9:00~17:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	ひきこもり支援センター (ひきこもりの相談専用)	027-287-1121	9:00~17:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	こころの健康相談統一ダイヤル (自殺予防の電話相談)	0570-064-556	9:00~16:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
群馬いのちの電話	心の悩み	027-221-0783	9:00~夜中0:00 (毎日) 第2・4金曜日 9:00~翌日9:00	
	自殺予防	0120-783-556	毎月10日 8:00~翌日8:00	
労働	群馬労働局伊勢崎総合労働相談コーナー	0270-25-3363	9:00~17:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	群馬産業保健総合支援センター	027-233-0026 FAX 027-233-9966	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く) 詳しくはHPをご覧ください	
多重債務	関東財務局前橋財務事務所 多重債務相談窓口	027-221-4495	8:30~12:00、13:00~16:30 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	群馬弁護士会総合法律相談センター	027-234-9321	9:00~12:00、13:00~17:00 (月~金) 13:00~16:00 (土) ※祝日・年末年始除く	
	群馬司法書士総合相談センター	027-221-0150	10:00~16:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	伊勢崎市消費生活センター	0270-20-7300	9:00~16:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
情報提供 民事扶助・ 法律相談	法テラス群馬 (法的トラブルに関する情報提供窓口、弁護士等による無料法律相談及び弁護士費用の立て替え、犯罪被害者に関する相談窓口)	050-3383-5399	相談員による相談: 9:00~16:00 (月~金) 弁護士の法律相談: 13:00~16:00 (月~金)	
犯罪被害等	群馬県警察本部 警察安全相談室	警察安全相談電話	027-224-8080 #9110	24時間受付 土日・祝日、勤務時間外は直当対応
		女性相談者専用電話	027-224-4356	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く) 原則、女性警察官が対応
生活困難	伊勢崎市役所社会福祉課	0270-27-2749	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)	
障害者・児	伊勢崎市役所障害福祉課	0270-27-2753	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)	
心配事	社会福祉協議会	社会福祉会館 (月曜日)	0270-25-4546	13:00~16:00 (受付15時まで) ※祝日・年末年始除く 相談に関する費用等は無料 予約不要
		ふれあいセンター (月の最終月曜日)	0270-32-8086	
		赤堀保健福祉センター (火曜日)	0270-62-0066	
		高齢者生きがいセンター (水曜日)	0270-20-2666	
		境地域福祉センター (金曜日)	0270-74-5294	
		境社会福祉センター (第4金曜日)	0270-74-7337	
高齢者	社会福祉協議会	高齢者悩みごと相談 (ふくしプラザ3階福祉情報センター)	0270-26-7744	10:00~12:00・13:00~15:00 祝日・年末年始除く毎週木曜日
	群馬県高齢者総合相談センター		027-255-6100	一般相談: 9:00~17:00 (月~金) ※祝日・年末年始除く 法律相談: 14:00~16:00 (金・第2・4水曜日)
認知症	群馬県認知症コールセンター	027-269-4432	9:00~17:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
女性	群馬県女性相談センター (配偶者暴力相談支援センター)	027-261-4466 (相談専用)	9:00~20:00 (月~金) 13:00~17:00 (土日・祝日) DV法律電話相談 (事前申し込み必要) 13:00~14:30 (水)	
	前橋地方務局	女性の人権ホットライン	0570-070-810	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)
	ぐんま男女共同参画センター 「とらいあんぐるん相談室」		027-224-5210	9:00~12:00、13:00~16:00 (火~金) 9:00~12:00 (土・日) 祝日・年末年始除く 月曜日が祝日 (振替休日含む) の場合火曜日も除く
DV	伊勢崎市役所人権課	0270-27-2730	8:30~16:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	
青少年 子ども	伊勢崎市役所子育て相談センター	0270-22-1151	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)	
	伊勢崎市教育研究所	0270-30-1234	9:00~17:00 月~金 (祝日・年末年始除く) ※来所相談は電話で予約をしてください。 ※相談受付は16:15までをお願いします	
	群馬県総合 教育センター	子ども教育相談室「子ども教育・子育て相談」	0270-26-9200	9:00~17:00 (月~金) 祝祭日・年末年始除く 9:00~15:00 (第2・第4土曜日) 祝祭日・年末年始除く
		「いじめ相談ホットライン」	0120-889-756 携帯電話からは 0270-20-1515	9:00~19:00 (月~金) 祝祭日・年末年始除く 9:00~15:00 (第2・第4土曜日) 祝祭日・年末年始除く 上記時間外は「こどもホットライン24」(中央児童相談所に転送されます)
	中央児童相談所「こどもホットライン24」 (18歳未満の子どもに関する相談)	0120-783-884 携帯電話からは 027-263-1100	24時間・年中無休	
	前橋地方務局	子どもの人権110番	0120-007-110	8:30~17:15 月~金 (祝日・年末年始除く)
	伊勢崎市青少年指導センター (青少年電話相談)	0270-27-8080	13:00~17:00 月~金 (祝日・年末年始除く)	

* H28.9月現在