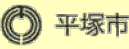


※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。



平塚市

こころと命のサポート事業

1 こころに関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間	
1 随時相談 (こころの悩みや病気でお困りの方、またそのご家族を対象にケースワーカー、保健師が随時対応)	神奈川県 平塚保健福祉事務所 (保健予防課)	0463-32-0130 (代表)	月～金 8:30～17:15	
2 こころの健康相談 (眠れない等の症状、精神疾患の治療、ご家族の対応等でお悩みの方を対象に精神科医が相談対応)			予約制	
3 もの忘れ・認知症相談 (認知症の不安をお持ちの方、治療・対応の仕方等でお悩みのご家族の方等を対象に専門医が対応)			予約制 ※保健師・ケースワーカーによる相談は随時対応	
4 こころの健康相談 (こころの健康についての電話相談)	神奈川県 精神保健福祉センター	0120-821-606	毎日 24時間	
5 依存症電話相談 (アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症についての電話相談)			045-821-6937	月・火 13:30～16:30
6 依存症面接相談 (アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症についての面接相談)			予約 045-821-8822 (代表)	金(予約制) 9:00～16:30 予約受付 月～金 8:30～17:15
7	横浜いのちの電話	045-335-4343	年中無休 24時間	
8	川崎いのちの電話	044-733-4343	年中無休 24時間	
9	東京いのちの電話	03-3264-4343	年中無休 24時間	
10	いのちの電話 インターネット相談	ホームページアドレス https://www.inochinodenwa-net.jp/	相談時間はホームページをご覧ください。	
11	よりそいホットライン	つなぐささえる 0120-279-338	24時間 年中無休 通話料無料	
12	自殺を考えるほどつらい気持ちを抱えている人の相談	東京自殺防止センター	03-5286-9090 年中無休 月 22:30～翌朝 2:30 火 17:00～翌朝 2:30 水～日 20:00～翌朝 2:30	

さまざまな困りごとの相談窓口のご案内

気づいてください
こころのサイン

～気づく、つながる、ささえあう～

ひとりで悩まず相談してください

さまざまな困りごとや心配ごとを相談できる窓口を、分野別に掲載しています。

一人でも多くの方の悩みや心配ごとが改善、解決に向かうことを願っています。

2 労働・経営・職場に関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 働く人のメンタルヘルス相談 (予約制)	神奈川県かながわ労働センター	045-633-6110 (代)	火(第5週目除く) 13:30～16:30 予約 8:30～12:00 13:00～17:15
2 勤労者とその家族を対象にしたメール相談	勤労者メンタルヘルスセンター (横浜労災病院)	メールアドレス mental-tel@yokohamah.johas.go.jp	

3 こころの問題で医療機関を受診したい方

診療科目	病院名	電話	所在地
1 心療内科、精神科	今岡クリニック	0463-22-5088	代官町 1-5 YKビル 1 階
2 心療内科、精神科	医療法人研水会 平塚病院	0463-32-0380	出雲 476
3 心療内科、精神科	医療法人研水会 サテライトクリニック明石	0463-23-0262	明石町 14-3
4 心療内科・精神科	湘南こころのクリニック	0463-22-5480	宝町 5-28 城之内ビル 2 階
5 心療内科、精神科	湘南福祉センター診療所	0463-21-1755	宮の前 4-13
6 心療内科、精神科	平塚西口診療所	0463-23-7986	錦町 7-21 サンシティ湘南ビル 2 階
7 精神科、内科	富士見台病院	0463-58-0186	土屋 1645
8 心療内科、精神科	ミサワクリニック	0463-22-5742	夕陽ヶ丘 34-23
9 心療内科、精神科	ゆづクリニック	0463-20-5625	代官町 4-13
10 小児心療内科	きりんカムクリニック	電話対応はしておりません。予約はホームページから手続きして下さい。	宮の前 8-2

※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。

4 生活困窮でお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 生活保護に関する相談	平塚市生活福祉課	0463-21-9849	月～金 8:30～17:00
2 生活福祉資金に関する相談 (一時貸付、生活福祉資金貸付)	平塚市社会福祉協議会 くらしサポート相談 (平塚市役所内)	0463-21-8813	月～金 8:30～17:00
3 生活や仕事の困りごと、ひきこもりなどに 関する相談	平塚市 保健福祉総合相談	0463-21-8779	月～金 8:30～17:00
4 保健福祉に関する相談(その他お困りの 時に気軽に相談できる窓口)	平塚市社会福祉協議会 地域福祉推進課	0463-33-3100	月～金 8:30～17:00
5 生活支援相談	済生会湘南平塚病院	0463-71-6161	月～金 8:30～17:00 詳細はお問い合わせください
6 診療費の負担が困難で 受診ができない方の受診相談	神奈川県ひきこもり支援センター (神奈川県立青少年センター)	045-242-8205	火～日 9:00～12:00 13:00～16:00
7 ひきこもりに関する相談 (年齢は問いません。)	かながわひきこもり相談 LINE (相談日・時間はホームページへ) https://www.pref.kanagawa.jp/docs/t7e/0214s2/hikikomori/202204hikikomorilinesoudan.html		

5 借金やヤミ金融に関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 債務整理相談	平塚市市民情報・相談課	0463-21-8764	毎月第 2 火 (予約月～金) 13:00～16:00 (8:30～17:00)
2	神奈川県司法書士会電話相談	045-641-1389	月～金 (※毎月 25～31 日、8 月 13～16 日を除く) 13:00～16:00
3	神奈川県司法書士会 当番司法書士電話相談	045-641-6110	月～金 16:00～19:00
4	神奈川県弁護士会 横浜西口法律相談センター (予約面談制/30 分以内無料)	045-620-8300	月・木 9:30～11:30 火・水・木・金 13:00～15:00 土 12:45～14:45 予約 月・火・木・金 9:30～17:00 水 9:30～20:45 土・日 9:30～15:30
5	神奈川県弁護士会 小田原法律相談センター (予約面談制/30 分以内無料)	0465-24-0017	月 13:30～15:30 木 9:50～11:50
6	財務省関東財務局横浜財務事務所 (相談窓口)	045-633-2335	月～金 9:00～12:00 13:00～17:00
7	無料法律相談 (収入等の要件有。 詳細要問合せ。)	法テラス小田原	0570-078311 月～金 9:00～17:00 ※要予約 詳細はお問い合わせください。
8	法制度等の 情報提供	法テラス・サポートダイヤル	おなやみなし 0570-078374 月～金 土 9:00～21:00 9:00～17:00

6 就労・職業に関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 職業相談・職業紹介 (就職、転職等の職業相談全般)	ハローワーク平塚	0463-24-8609	月～金 8:30～17:15
2 39 歳以下の就職・転職を希望する方を 対象としたキャリアカウンセリング等	かながわ若者 就職支援センター	045-410-3357	月～土 予約制 ※受付は 17:30 まで
3 40 歳以上の方の多様な就業ニーズに 対応したキャリアカウンセリング等	シニア・ジョブスタイル・ かながわ	045-412-4123	月～土 予約制 ※受付は 17:30 まで
4 育児期等の女性を対象とした キャリアカウンセリング	かながわ女性キャリア カウンセリング相談室	045-290-0107	月～木 8:30～17:30 (※対面・オンライン (zoom) 相談は、17:00 まで)
5 働くことに悩みを抱える若者等の 職業の自立に関する相談・支援	神奈川県西部地域 若者サポートステーション 神奈川県東地域 若者サポートステーション	0465-32-4115 046-297-3067	月～金 (土は月 1 回) 10:00～17:00
7 個別就労相談 (就職に関する相談に個別に 相談員が応じる) ※職業紹介除く	平塚市勤労会館 (問い合わせ・申込み)	0463-32-3355	毎月第 2 水 予約制 相談時間 13:00～16:50 1 回 50 分以内 予約受付 (月～土) 8:30～17:00
8 障がい者の就労に関する相談	障がい者就業・生活支援 センター サンシティ	0463-37-1622	月～金 面談相談 予約制 9:00～18:00

※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。

7 税金に関する相談窓口

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 市税の納付に関する相談 (市県民税、固定資産税、軽自動車税など)	平塚市納税課	0463-21-8769	月～金 8:30～17:00
2 国民健康保険税に関する相談	平塚市保険年金課	0463-21-8775	月～金 8:30～17:00
3 県税に関する相談 (個人事業税・不動産取得税・自動車税 種別別など)	平塚県税事務所	0463-22-2711 (代)	窓口受付 電話 9:00～16:30 8:30～17:15
4	平塚税務署	0463-22-1400 (代)	月～金 8:30～17:00 (来署相談は要予約)
5	国税相談専用ダイヤル	0570-00-5901 (ナビダイヤル)	月～金 8:30～17:00
6 国税に関する相談	タックスアンサーを利用	https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/index2.htm	
7	速答障害者用ファクシミリ (東京国税局 電話相談センター)	FAX 03-3294-4300	
8	チャットボット (ふたば) に質問	https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/chatbot/index.htm	

8 からだの問題や障がいでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 障がいに関する相談	平塚市障がい福祉課 (平塚市障がい者就業支援センター)	0463-21-8774	月～金 8:30～17:00
2 指定難病・肝炎治療等の公費負担に 関する相談	神奈川県平塚保健福祉事務所 (保健予防課)	0463-32-0130 (代表)	月～金 8:30～17:15
3 身体障がいについての相談 (相談支援事業所)	しぜん相談室ひらつか	0463-37-1776	月～金 9:30～18:30
4 知的障がいについての相談 (相談支援事業所)	サンシティひらつか	0463-73-6988	月～金 9:00～18:00 面談相談予約制
5 精神障がいについての相談 (相談支援事業所)	ほっとステーション平塚	0463-25-2728	月～金 9:30～18:30 第 2・4 土 面談相談予約制
6 (精神障がいのある当事者がピア相談員として精神障がいの方の日常的な悩みこと等の相談を受ける電話相談)	神奈川県精神保健福祉センター	045-821-6801	金 13:30～16:30
7 エイズ (AIDS) についての相談	神奈川県平塚保健福祉事務所 (保健予防課)	0463-32-0130 (代表)	月～金 8:30～17:15
8 HIV・梅毒即日検査 (無料・匿名・予約不要)	神奈川県平塚保健福祉事務所 (保健予防課)	045-520-2211	第 2・4 金 13:30～15:00
9 がんに関する相談	神奈川県立がんセンター 患者支援センター (がん相談支援センター)	045-520-2211	月～金 9:00～16:00
10 生活習慣病などの健康に関する相談 (電話相談は随時、来所相談は予約制)	平塚市健康課 (保健センター)	0463-55-2111	月～金 8:30～17:00
11 若年性認知症の電話相談	若年性認知症コールセンター	0800-100-2707	月・火・木・金・土 10:00～15:00 10:00～19:00
12	メール相談	https://y-ninchisyotei.net	
13 認知症や介護についての悩み相談	公益社団法人 認知症の人と家族の会	0120-294-456 携帯・PHS 050-5358-6578 (通話有料)	月～金 10:00～15:00
14 認知症に関する相談	公益社団法人認知症の人と 家族の会神奈川県支部	045-755-7031	月・水 10:00～20:00 10:00～16:00
15	平塚市高齢福祉課	0463-21-9621	月～金 8:30～17:00
16 もの忘れに関する相談 (外来)	神奈川県立精神医療センター	もの忘れ外来の申込みは予約制です。電話でお申し込み下さい。 受付時間 平日 8:30～12:00 13:00～16:30 お問合わせ 福祉医療相談課 045-822-0241 (代表)	
17 同性を好きになる人や性別違和感を感じ ている人本人又は周囲の方の相談	SHIP・ほっとライン	045-548-3980	木 19:00～21:00
18 性別の違和感や同性愛などに関する相談	よりそいホットライン	つなぐささえる 0120-279-338	24時間 年中無休 通話料無料
19 性と健康の相談	神奈川県平塚保健福祉事務所 (保健福祉課)	0463-32-0130 (代表)	月～金 8:30～17:15
20 不妊や不育症に悩む方の相談	神奈川県不妊・不育専門 相談センター https://www.pref.kanagawa.jp/docs/c26/cnt/1851/	045-212-1052	月 2 回程度 電話 9:00～11:30 相談のみ、助産師による電話相談・予約不要 ※詳しくは、県HPをご覧ください。
21	妊娠 SOS かながわ http://www.pref.kanagawa.jp/docs/c26/cnt/1533186/	045-210-4786	月 2 回程度 14:00～16:15 ※要予約 面談は対面またはオンライン (zoom) での相談
22 思いがけない妊娠にともなっている方 本人又は周囲の方の相談	妊娠 SOS かながわ LINE ID @791gsyak	045-212-1051	月・水・金 16:00～21:00 毎日 16:00～21:00

※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。

9 子どもに関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 こどもの総合相談 (子育てや妊娠中の不安、子どもの悩み、ヤングケアラー等の気になる子どもがいるなど気軽に安心して相談できる窓口)	平塚市こども家庭課 こども総合相談窓口	0463-21-9843	月～金 8:30～17:00 (総合相談)
2 ひとり親家庭に関する相談 (母子・父子寡婦福祉資金等)			10:15～17:00 (ひとり親相談)
3 未就学児の子どもの発達相談 18歳未満の子どもの福祉サービスに関する相談	平塚市 こども発達支援室くれよん	0463-32-2738	月～金 来所相談は予約制 8:30～17:00
4 子育てに関する相談	平塚市子育て支援センター	0463-34-9076	月～金 10:00～15:00
5 妊娠から子育て期にわたるまでの 母子保健や育児に関する相談 (妊娠から就学前の親子相談・ 母子健康手帳交付)	ひらつかネウボールーム はぐくみ (子育て世代包括支援センター)	0463-59-9570	月～金 8:30～17:00
6 産後メンタルヘルス相談 (妊娠から産後1年未満の妊産婦の 心の悩みに対する相談)	平塚市健康課 (保健センター)	0463-55-2111	月～金 来所相談は予約制 8:30～17:00
7 小児慢性特定疾病に関する相談 (医療費の助成、療養生活の相談)	神奈川県平塚保健福祉事務所 (保健福祉課)	0463-32-0130 (代表)	月～金 8:30～17:15
8 来所相談	神奈川県平塚児童相談所	0463-73-6888	月～金 8:30～17:15
10 18歳未満の 子どもに 関する相談	「児童相談所虐待対応 ダイヤル」	神奈川県児童相談所	189 年中無休 24時間
11 「子ども・家庭110番」 電話相談	神奈川県中央児童相談所	0466-84-7000	年中無休 9:00～20:00
12 LINE相談 「こども家庭110番」	かながわ子ども家庭 110番相談LINE	LINE ID @kana_kodomo110	月～土 9:00～21:00
13 20歳未満の子どもの非行、いじめ、 犯罪被害等に関する相談	神奈川県警察少年相談・保護センター ユーステレホンコーナー	0120-45-7867 045-641-0045	月～金 8:30～17:15

10 教育・青少年に関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 教育相談・就学相談 (子育て・不登校・発達・学校生活など)	平塚市 子ども教育相談センター	0463-36-6013 (代表)	月～金 (来所相談は要予約) 9:00～17:00
2 青少年相談 (青少年に関する心配・不安・悩みなど)		0463-34-7311	火～土 10:00～18:30
3 ヤングテレホン (青少年専用)	平塚市青少年相談室	0463-33-7830	火～土 10:00～18:30
4 ヤングテレホンメール相談 (青少年専用)		メールアドレス y-soudan@city.hiratsuka.kanagawa.jp	
5 子ども・若者の総合相談 (ひきこもり・不登校・非行などの様々 な悩みを有するおおむね30代までの 方とその家族等の相談窓口)	かながわ 子ども・若者総合相談センター (神奈川県立青少年センター)	045-242-8201	火～日 9:00～12:00 13:00～16:00
6 かながわ子ども・若者総合相談 LINE (相談日・時間はホームページへ)		https://www.pref.kanagawa.jp/docs/t7e/kowaka/201909kowakalinesoudan.html	
7 神奈川県西部青少年サポート 相談室		0465-35-9527	月～金 10:30～12:00 13:00～16:00
8 総合教育相談・不登校ほっとライン (学校生活や家庭生活、不登校など)		0466-81-0185	毎日 8:45～16:45
9 発達教育相談 (発達に関する心配・不安・悩みなど)	神奈川県立総合教育センター 教育相談課	0466-84-2210	
10 24時間子ども SOS ダイヤル (いじめをはじめとする様々な困り)		0120-0-78310 0466-81-8111	年中無休 24時間
11 Eメールによる相談		kng-k-mailsodan@pen-kanagawa.ed.jp	
12 子どもの人権相談 (いじめ、不登校、停学 退学、児童虐待、非行、学校事故等)	神奈川県弁護士会 関内法律相談センター (予約面談制/45分以内無料)	045-211-7700	木 (予約 月～金) 13:15～16:15 9:30～17:00
13 奨学金 (高等学校・大学等) の相談	一般財団法人 あしなが育英会	0120-778-565 FAX 03-3221-7676 メール shougaku@ashinaga.org	月～金 9:00～16:00

※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。

14 身近な方、大切な方を亡くされたあなたへ

相談内容	相談先	電話	相談日・時間・場所
身近な方、大切な方を自死で 亡くされた方を対象に気持ちを 語り、わちあう会です。 聞くだけの参加も可能です。 (詳細についてはそれぞれの機 関へお問い合わせください。)	1 神奈川県精神保健福祉センター 相談課	045-821-8822 (代表)	第1火曜日 (4月のみ第3) 旧横浜ゴム平塚製造所記念館
	2 平塚市 福祉総務課	0463-21-8779	
	3 川崎市総合リハビリテーション 推進センター	044-201-3242	原則奇数月 第1水曜日午後 1時はお問合せください 川崎市総合福祉センター
	4 相模原市精神保健福祉センター	042-769-9818	奇数月 原則第2水曜日午後 1時はお問合せください 杜のホールはしもと
	5 横浜市中心の健康相談センター	事前申込 045-662-3558	原則 第3金曜日 10:00～11:30 横浜市中心の健康相談センター
	6 横浜質生保健所 保健予防課	046-822-4336	日時・場所はお問い合わせください
	7 藤沢市保健所 保健予防課	0466-50-3593	原則 奇数月第1火曜日 (1月のみ第2) 藤沢商工会館ミナバー
	8 座間市地域福祉課	046-252-8247	6月、10月、2月の第3水曜日 ハーモニーホール座間など
	9 東京自殺防止センター	03-3207-5040	日時・場所はお問い合わせください
	10 NPO 法人全国自死遺族総合支援 センター (グリーフサポートリンク)	03-5357-1535 (火～金 15時～18時)	詳細は HP をご覧ください https://www.izoku-center.or.jp/
	11 グリーフケア茅ヶ崎	事前予約 090-6854-7865 (平日 19時～21時) メール griefcarehigasaki@gmail.com	第4日曜日 13:30～15:00 茅ヶ崎市高砂コミュニティセンター
身近な人を亡くした子ども (6歳～18歳) とその家族のつらい 身近な人を亡くした若者 (18歳～30代) のつらい 愛する人、大切な人を亡くした 悲しみを語り、聴く 「わちあいの会」			
相談内容	相談先	電話	相談日・時間
自死遺族電話相談	1 神奈川県精神保健福祉センター	045-821-6937	水・木 13:30～16:30
自死遺族ほっとライン	2 川崎市総合リハビリテーション 推進センター	044-966-9951	第2・4木 12:00～16:00
自死遺族ホットライン	3 横浜市中心の健康相談センター	045-226-5151	第1・3水 10:00～15:00
こころのホットライン	4 相模原市精神保健福祉センター	042-769-9819	毎日 17:00～22:00 (受付は 21:30 まで)
自死遺族相談ダイヤル	5 NPO 法人全国自死遺族総合支援 センター (グリーフサポートリンク)	03-3261-4350	木 日 10:00～20:00 10:00～18:00
全国自死遺族法律相談ホットライン (大切な人を自死で亡くした方 の法律相談弁護士が直接対応)	6 自死遺族支援弁護士	050-5526-1044	水 12:00～15:00
自死遺族ホットライン (身近な方を自死で亡くされた 方の法律相談)	7 神奈川県弁護士会 関内法律相談センター (電話相談/20分以内無料)	045-228-7832	受付 月～金 9:30～12:00、 13:00～16:30

15 犯罪被害でお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
交通事故など交通に関する相談	1 交通相談センター	045-211-2574	月～金 8:30～17:15
暴力団などに関する困りごとの相談	2 神奈川県暴力団対策推進センター	045-201-8930	月～金 9:00～16:00
	3 かながわ犯罪被害者 サポートステーション	045-311-4727	月～土 9:00～17:00
	4 かながわ性被害・性暴力被害者 ワンストップ支援センター 「かながわいん」	#8891 (通話料無料) または 045-322-7379 045-548-5666 (男性及びLGBT+被害者のための専門相談ダイヤル)	年中無休 24時間
犯罪の被害にあわれてお困りの方、ひとりでお悩みの方の相談	5 神奈川県被害者支援センター (性被害専用ダイヤル)	045-328-3725	月～金 10:00～16:00
	6 法テラス(日本司法支援センター 犯罪被害者支援ダイヤル)	0120-079714	月～金 土 9:00～21:00 9:00～17:00
	7 犯罪被害者支援センター (神奈川県弁護士会)	045-211-7724	火・金 13:00～16:00

※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。

11 高齢者の保健・福祉・介護に関する総合的な相談

相談内容	相談先	電話	所在地	担当地区
平塚市高齢者よろず 相談センター (地域包括支援センター) ※お住まいの地域で担当の 相談センターが異なります。 詳しくは、右記の担当地区名を ご参照ください。	1 あさひきた	0463-30-3611	根坂間 218-7	旭北
	2 あさひみなみ	0463-31-4932	高村 203-13-104	旭南
	3 おおすみ	0463-51-6433	岡崎 6130	城島・岡崎
	4 倉田	0463-53-1930	東真土 4-4-31	四之宮・八幡・真土
	5 ごてん	0463-31-6957	御殿 2-17-42	中原・南原
	6 サンレジデンス湘南	0463-54-7009	田村 2-11-5	田村・横内・大神
	7 とよだ	0463-36-2501	南豊田 85-1	金田・豊田
	8 ひらつかにし(金目窓口)	0463-59-5544	北金目 2-36-14	金目・土沢
	9 ひらつかにし(土沢窓口)	0463-73-5848	土屋 2198-7	
	10 富士白苑	0463-61-5050	唐ヶ原 1	なでしこ・花水
	11 ふじみ	0463-30-5010	中里 11-1755ビル1階	富士見
	12 まつがおか	0463-35-4465	東中原 2-2-59	松が丘
	13 みなと	0463-73-5422	夕陽ヶ丘 55-14	港
	14 ゆりのき	0463-33-2334	立野町 31-20	崇善・松原

12 年金に関することでの相談窓口

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 国民年金に関する 相談	平塚市保険年金課 国民年金担当	0463-21-8777	月～金 8:30～17:00
2 年金相談に関する 一般的な お問い合わせ	ねんきん ダイヤル	0570-05-1165 (ナビダイヤル) ※050 で始まる電話でおかけになる場合は 03-6700-1165 (一般電話)	月 8:30～19:00、 火～金 8:30～17:15、 第2土 (祝日実施) 9:30～16:00 ※月曜日が祝日の場合は、 翌日以降の開所日初日に 19:00 まで相談を お受けします。
3 「ねんきん定期便」、 「ねんきんネット」 に関する お問い合わせ	ねんきん定 期便、ねんき んネット専 用ダイヤル	0570-058-555 (ナビダイヤル) ※050 で始まる電話でおかけになる場合は 03-6700-1144 (一般電話)	
4 来訪相談のご予約	日本年金機構 (ホームページ) https://www.nenkin.go.jp/	予約受付 専用電話	0570-05-4890 (ナビダイヤル) ※050 で始まる電話でおかけになる場合は 03-6631-7521 (一般電話)
5 国民年金加入者向 けの一般的な お問い合わせ	ねんきん 加入者 ダイヤル	0570-003-004 (ナビダイヤル) ※050 で始まる電話でおかけになる場合は 03-6630-2525 (一般電話)	月～金 8:30～19:00 第2土 (祝日実施) 9:30～16:00
6 事業所、厚生年金 加入者向けの一般 的なお問い合わせ		0570-007-123 (ナビダイヤル) ※050 で始まる電話でおかけになる場合は 03-6837-2913 (一般電話)	

13 消費生活に関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
1 消費生活相談 (商品やサービス、契約等の トラブルに関する相談)	平塚市消費生活センター	0463-21-7530	月～金 9:30～16:00
2	かながわ中央消費生活センター	045-311-0999	月～金 土 9:30～17:00 9:30～16:30

※相談日時は、特に記載のない場合、土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は除きます。

16 人権に関することでお悩みの方

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
女性が抱えるさまざまな問題、悩みの 相談 (電話・来室)	1 平塚市 女性のための相談窓口	0463-21-9611	月～金 9:30～16:00
不安や生活上の課題を抱える 女性の相談 (電話・メール・面接・訪問・LINE)	2 かながわ女性の不安、困りごと相談室 (かながわ女性相談室) 面接・訪問は電話・メールで要予約	0467-46-2110 LINE ID: @749kwotj メール kanagawa@inclusion-net.jp	月～金 8:30～17:15 月・火 10:00～13:00 13:00～16:00
配偶者等からの暴力 (DV) 相談	3 女性 のための DV 相談窓口 ※同性間での相談も お受けできます。	0466-26-5550	月～金 土・日 9:00～21:00
	4 女性 への暴力相談 週末ホットライン	045-451-0740	土・日 17:00～21:00 祝日 9:00～21:00
	5 多言語による相談窓口	090-8002-2949	月～土 10:00～17:00
	6 男性被害者相談窓口	045-662-4530	月～金 9:00～21:00
	7 DV に悩む男性のための 相談窓口	045-662-4531	月・木 18:00～21:00
	8 かながわ DV 相談 LINE	LINE ID: @kanagawa-dv	月・火 ・木・土 14:00～21:00
	9 DV に悩む男性のための相談窓口 電話相談	神奈川県人権センター 045-758-0918	月・火 (祝実施) 11:00～16:00
人権相談 (来所) (家庭内や隣近所、職場でのめもごと、 差別や嫌がらせなどの人権侵害)	10 平塚市人権相談	0463-21-9861	第3火 13:00～16:00 受付 15:00 まで
成年後見制度に関する相談	11 平塚市成年後見利用支援センター	0463-35-6175	月～金 8:30～17:00
障がい者の虐待に関する相談	12 平塚市障害者虐待防止センター	0463-21-8774	月～金 8:30～17:00
高齢者に関する相談 (高齢者の権利擁護に関する相談)	13 平塚市高齢福祉課	0463-21-9621	月～金 8:30～17:00

17 在住外国人の方へ

相談内容	相談先	電話	相談日・時間
外国籍 市民相談	1 平塚市文化・交流課 外国籍市民相談窓口 (一元的相談窓口)	0463-25-2520	平日 8:30～17:00 (原則) 通訳者 (スペイン語・ポルトガル語) またはテレビ電話の通訳オペレーター を介した相談に応じます。 言語ごとの対応時間は、お問い合わせ ください。
外国籍 県民相談	2 ス페인語による一般相談	金	
	3 ポルトガル語による一般相談	水、第4金	
	4 韓国・朝鮮語による一般相談	第4木	
	5 英語による一般相談	第1・3・4火	
	6 中国語による一般相談	木、第1火	9:00～12:00 13:00～17:00 受付 16 時まで
	7 ベトナム語による一般相談	第1・2・3金、第3火	
	8 ベトナム語による一般相談	木	
	9 スペイン語による一般相談	月・第3水	
	10 ポルトガル語による一般相談	火・第3水	
	11 ベトナム語による一般相談	第1月	
	12 よりぞいホットライン	045-549-0047 046-221-5774 0120-279-338	毎日 10:00～22:00 通話料無料 (曜日・時間により対応言語が 異なります)





身近な・大切な方を亡くされたあなたへ

家族や友人など、身近な・大切な方を自死（自殺）で亡くされた方同士で語り合い、聴き合う「自死遺族の集い（わかちあいの会）」と、「電話相談」「面接相談」のご案内です。

匿名でのご相談、ご参加もできます。秘密は厳守いたします。

自死遺族の集い（わかちあいの会）



令和6年度の予定

令和6年4月16日（火）

// 6月4日（火）

// 8月6日（火）

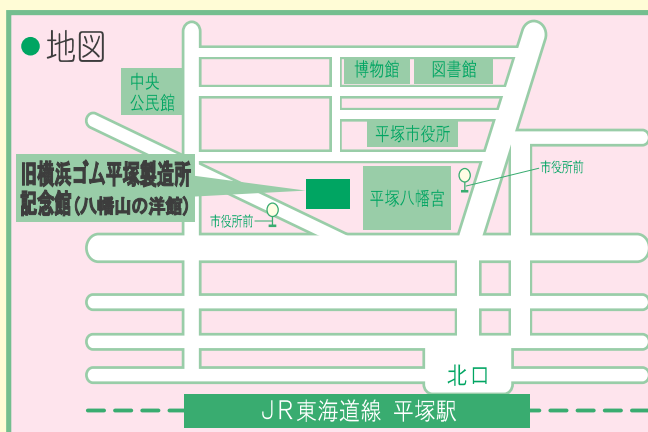
// 10月1日（火）

// 12月3日（火）

令和7年2月4日（火）

日時：偶数月 第1火曜日 14:00 ～ 15:30
※4月のみ第3火曜日

会場：旧横浜ゴム平塚製造所記念館（八幡山の洋館）
JR東海道線「平塚駅」北口下車 徒歩15分
神奈川中央交通バス「市役所前」下車



主催：神奈川県精神保健福祉センター
平塚市

お問合せ先 神奈川県精神保健福祉センター 相談課 TEL 045-821-8822（代表）
平塚市 福祉総務課 TEL 0463-21-8779

自死遺族の集いは、全国自死遺族総合支援センターの協力を得て実施しています。

自死遺族電話相談

電話でお話をすることができます

毎週水・木曜日 13:30 ～ 16:30

TEL 045-821-6937（祝日・年末年始を除く）

自死遺族面接相談

面接でお話をすることができます

神奈川県精神保健福祉センター 相談課

TEL 045-821-8822（要予約）



令和6年度 神奈川県内の自死遺族の集い

詳細については各窓口へお問合せください

横須賀市

自死遺族分かち合いの会

開催日 原則奇数月 第3水曜日
※会場の都合で日程が変更となる場合があります。
事前にお問合せください。
14:00～16:00
会場 ウェルシティ市民プラザ
お問合せ先 横須賀市保健所 保健予防課
TEL046-822-4336

横浜市

自死遺族の集い「そよ風」

開催日 原則毎月第3金曜日
※事前にお申込みください。
10:00～11:30
会場 横浜市中心の健康相談センター
お問合せ先 横浜市中心の健康相談センター
TEL045-662-3558

藤沢市

藤沢わかちあいの会

開催日 原則奇数月 第1火曜日
14:00～16:00
会場 藤沢商工会館ミナパーク
お問合せ先 藤沢市保健所 保健予防課
TEL0466-50-3593

川崎市

自死遺族の集い 「かわさきこもれびの会」

開催日 奇数月 第1木曜日
※5月、11月、令和7年1月は第2木曜日に開催。
※会場の都合で日程が変更となる場合があります。
事前にお問合せください。
14:00～16:00
会場 川崎市総合福祉センター
(エポックなかはら)
お問合せ先 川崎市総合リハビリテーション推進センター
TEL044-201-3242

座間市

自死遺族の集い 「れんげの会」

開催日 6月、10月、2月 第3水曜日
14:00～16:00
会場 ハーモニーホール座間など
お問合せ先 座間市 地域福祉課
TEL046-252-8247

相模原市

自死遺族の集い 「さがみはら わかち合いの会」

開催日 奇数月 原則第2木曜日
14:00～15:30
会場 杜のホールはしもと
お問合せ先 相模原市精神保健福祉センター
TEL042-769-9818

大切にしていること ～参加される方へ～

- * 自死（自殺）で身近な・大切な人（家族・親戚・友人など）を亡くされた方の集まりです（参加費無料）。
- * 予約や参加方法については、各窓口にお問合せください。
- * ご自分のことをお話してください。（苦しんでいること、悩んでいること、これからの人生など）
- * 他の方の話を聴くだけの参加でもかまいません。
- * 語られた内容は、外部に持ち出さないでください。お互いのプライバシーを守りましょう。