

誰にも言えない悩みこそ、
誰かの助けが必要です。
あきらめないでここに相談しよう。

～新潟県自殺予防対策推進県民会議からのメッセージ～

湯沢町健康ほっと情報 相談窓口一覧



令和6年4月1日発行

町では、湯沢町ファミリー健康プラン（健康づくり計画）にもとづき「こころが満たされ、気持ちにゆとりを持ちいきいきできる」を目指し、こころの健康づくりに取り組んでいます。（★は町内の相談窓口です）

	相談内容	相談窓口	電話番号	開設時間
心	自殺などさまざまな心の悩み	新潟いのちの電話（新潟）	025-288-4343	毎日24時間 ※相談無料、通話料必要
		新潟県こころの相談ダイヤル	0570-783-025	
		中越地域いのちとこころの支援センター	0258-88-0070	
	心の健康に関する相談	湯沢町 健康福祉部 健康増進課 （湯沢町保健センター） ★	025-784-3149	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
		南魚沼地域振興局健康福祉環境部 地域保健課（南魚沼保健所）	025-772-8137	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
青少年・子ども	子育ての悩みや非行・虐待などの相談	湯沢町 健康福祉部 健康増進課 （湯沢町保健センター） ★	025-784-3149	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
		湯沢町 子育て教育部 子育て支援課 （総合子育て支援センター） ★	025-788-0292	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
		南魚沼児童相談所	025-770-2400	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	子どもの福祉に関する相談	児童相談所相談専用ダイヤル	0120-189-783	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15 近くの児童相談所が対応
	いじめ・不登校など 学校関連問題の相談	全国統一24時間いじめ相談ダイヤル	0570-0-78310	毎日24時間
		新潟県いじめ相談電話	025-285-1212	
		県立教育センター悩みごと相談テレフォン	025-263-4737	月～金 （祝日、お盆の時期、年末年始を除く） 9：00～16：00
	小・中・高校生及び保護者等が悩みの 相談先が分からない場合相談機関を紹介	生徒指導課いじめ対策室	025-280-5124	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	子どもの非行などの問題行動	長岡少年サポートセンター	0258-36-4970	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	子どもの人権に関わる相談	子どもの人権110番	0120-007-110	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
思春期	思春期のこころとからだ	新潟県・新潟県看護協会	025-266-8844	第1～4土曜日 14：00～17：00
女性	困難を抱える女性の福祉に関する相談	新潟県女性福祉相談所	025-381-1111	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	配偶者からの暴力に関する相談	DV相談プラス・DV相談ナビダイヤル	0120-279-889 #8008	毎日24時間 最寄りの相談支援センターが対応
性被害	性犯罪被害に関する相談	性犯罪被害相談電話	0120-34-5110 #8103	毎日24時間 （夜間・土日・年末年始は当直の警察官が対応）
	性暴力被害に関する相談	性暴力被害者支援センターにいがた	025-281-1020 #8891	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：00～17：00 夜間休日コールセンター 月～金 17：00～翌9：00 土日祝・年末年始 9：00～翌9：00
高齢者	高齢者の生活・健康・介護などの相談	湯沢町 健康福祉部 健康増進課 （湯沢町地域包括支援センター） ★	025-784-3000	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
障がい者	手帳の申請、医療費助成、福祉サービスの利用など、日常生活や社会活動に関する相談	湯沢町 健康福祉部 福祉介護課 ★	025-784-4560	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	障がい者と家族の様々な悩み相談	障がい者110番	025-381-0110	10：00～15：00 （年末年始・特定日5回を除く）
	発達障がいに関する相談	新潟県発達障がい者支援センター RISE（ライズ）	025-266-7033	月～金（祝日を除く） 8：30～17：15
	障がいに関する相談	相談支援センターみなみうおぬま	025-770-1331	月～土（祝日を除く） 8：30～17：30
		南魚沼地域振興局健康福祉環境部 児童・障害者相談センター	025-770-2400	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	障がい者の虐待に関する相談	湯沢町 健康福祉部 福祉介護課 （湯沢町障がい者虐待防止センター） ★	025-784-4560	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
ひとり親	ひとり親の就業、離婚による 養育費の取得に関する相談	ひとり親家庭等就業・自立支援センター	025-281-5587	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：30～16：30
難病	難病に関する相談	新潟県・新潟市難病相談支援センター	025-267-2170	月～金（祝日・年末年始を除く） 10：00～16：00
エイズ	エイズの相談 （思春期のこころとからだの相談也可）	新潟県・新潟県看護協会	025-266-8844	第1～4土曜日 14：00～17：00
ひきこもり	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	025-284-1001	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：00

	相談内容	相談窓口	電話番号	開設時間
仕事・くらし	仕事や暮らしの困りごと	新潟県パーソナル・サポートセンター	0258-89-8345	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：00～16：30
	若年者の職業相談	長岡地域若者サポートステーション ※15～49歳の無業の若者の就業的自立に向けた相談とプログラム提供	0258-86-7730	月～金（祝日・年末年始を除く） 10：00～17：00 ※1回あたり50分、無料、予約制
		ジョブカフェにいがた	025-240-3013	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：30～18：00 ※就職相談は予約制
		ジョブカフェながおか	0258-38-6181	
職場における悩み・労働問題	就業に関する相談	ハローワーク南魚沼	025-772-3157	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	職場、仕事、家庭など生活全般におけるこころの悩みに関する相談	日本産業カウンセラー協会 新潟相談室	025-290-3883	面談予約受付時間 月～金 10：00～18：00
	職場における不安、悩み、ストレスに関する相談	新潟産業保健総合支援センター	025-227-4411	月～金（祝日・年末年始を除く） ※面談・相談は予約制 8：30～17：15
		南北魚沼・小千谷市地域産業保健センター	TEL 025-773-2921 FAX 025-773-2713	TEL 月～金 8:30～12:00 FAX 上記以外の時間帯でも可
経営	雇用をめぐるトラブルなど労働問題の相談	新潟県労働相談所	025-281-6110	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：00～17：00 ※原則毎月第1火曜日は電話相談のみ午後7時まで ※来所相談は希望日の3日前（土日祝日等を除く）までに左記専用ダイヤルで要予約
	中小企業の経営、金融、税金生活、多重債務等	無料法律相談（新潟県商工会連合会）	025-283-1311	予約受付 平日 8：30～17：15
法律	各種法律問題全般	新潟県弁護士会リーガルサービスセンター	025-222-5533	月～金 9：00～17：00 （※予約制、面談相談、原則有料）
		日本司法支援センター 法テラス新潟	0570-078328 050-3383-5420	月～金（祝日を除く） 9：00～17：00
				※面談予約の場合 月～金（祝日を除く） 13：00～16：00
		コールセンター	0570-078374	月～金（祝日除く）9：00～21：00 土 9：00～17：00
		犯罪被害者支援ダイヤル	0570-079714	月～金（祝日除く）9：00～21：00 土 9：00～17：00
		新潟県司法書士会総合相談センター	025-240-7867	月～金（祝日を除く） 10：00～12：00 13：00～16：00
金融	多重債務に関する相談	新潟県弁護士会多重債務相談センター	025-222-5533	月～金（祝日を除く） 9：00～17：00 （※予約制、面談相談、初回無料）
		新潟県司法書士会多重債務ホットライン	025-240-7974	月～金（祝日を除く） 10：00～12：00 13：00～16：00
生活費	商品や契約などの苦情相談・多重債務に関する相談	南魚沼市消費生活相談センター	025-772-2541	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：00～16：00
犯罪被害者安全	犯罪や交通問題などの相談	けいさつ相談室（警察本部）	025-283-9110	毎日24時間
	地域の犯罪や交通問題などの相談、ストーカー規正法・DV防止法、悪質商法・金融、家出人などに関する相談	南魚沼警察署	025-770-0110	毎日24時間
事故	賠償責任、示談、自賠償の請求手続きなど交通事故相談	新潟県交通事故相談所	025-280-5750	月・火・木・金（祝日・年末年始を除く） 9：00～12：00 13：00～16：00
人権	人権問題全般の相談	みんなの人権110番	0570-003-110	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
福祉	福祉や介護保険の相談	湯沢町 健康福祉部 福祉介護課 ★	025-784-4560	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	福祉サービスに関する苦情相談	新潟県福祉サービス運営適正化委員会	025-281-5609	月～金（祝日・年末年始を除く） 9：00～17：00
	小口貸付相談や金銭管理等の手続き支援を利用したいとき	湯沢町社会福祉協議会 ★	025-784-4111	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
医療	医療に関する苦情や相談	県民医療安全相談窓口	025-280-5781	月～金（祝日・年末年始を除く） 10：00～12：00 13：00～15：00
		南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 医薬予防課	025-772-8142	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15
	精神医療面の相談・治療は、医療機関を紹介できますので、表面記載の「精神保健」相談窓口にお問い合わせください。			
薬物	覚せい剤・大麻・シンナーなどの薬物についての相談	南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 医薬予防課	025-772-8142	月～金（祝日・年末年始を除く） 8：30～17：15

相談先がわからないなど不明な点がございましたら、下記まで気軽にお問い合わせください。

湯沢町健康福祉部 電話：025-784-4560