桶川市 悩みを相談できる窓口案内

様々な困りごとや心配ごとを相談できる窓口やインターネットのサイトを、分野別に掲載しています。
ひとりで悩まずに、相談してみませんか？

（令和7年3月現在）

No.	相談したい内容		No.	相談したい内容	
1	こころに関すること	P1	8	労働・経営・職場の問題	P2
2	からだや障害に関すること	P1	9	犯罪被害でお悩みの方	P3
3	高齢者に関すること(認知症含む)	P2	10	女性や男性の相談・人権に関すること	P3
4	生活の不安や困りごとに関すること	P2	11	子どもに関すること	P3
5	借金やヤミ金融などの金銭的な問題	P2	12	教育・青少年に関すること	P4
6	心配ごと・悩み相談	P2	13	在住外国人の方	P4
7	法的トラブル解決のための相談	P2	14	自死遺族の方	P4

※相談日時について特に記載のない場合、土日・祝日・振替休日・年末年始を除く。

	事業名/相談内容　等	相談先	電話番号	相談日/時間等	
こころに関すること	こころの相談	桶川市健康増進課（保健センター）	048-786-1855	月～金	電話・来所 8:30～17:15
	精神保健相談 （心の病・ひきこもりについて）	埼玉県鴻巣保健所	予約制 048-541-0249	月～金	8:30～17:15
	精神保健福祉相談 （おおむね15歳以上のひきこもり相談を含む） ・こころの健康に関する問合せ 本人または家族の方を対象とした相談	埼玉県立精神保健福祉センター	相談予約まで 048-723-6811	電話予約のうえ来所相談 月～金　9:00～17:00	
	埼玉県こころの電話 ・こころの健康や悩みに関する電話相談	埼玉県こころの電話	048-723-1447	月～金	9:00～17:00
	こころの健康相談統一ダイヤル ・電話をかけた所在地の公的な相談機関に接続されます。	厚生労働省	0570-064-556（ナビダイヤル） （おこなおう まもろうよ こころ）	月～金	18:30～22:30 （22時まで受付）
	ひきこもり相談 ・本人(6歳以上)または家族を対象とした相談	埼玉県ひきこもり相談サポートセンター （ひきこもり地域支援センター） （NPO法人越谷らるこ内）	048-971-5613	電話・来所相談 （来所の場合は、原則として電話・メールで予約を取る） 月・水～土　10:00～18:00	
			メール相談　center@k-largo.org		
			オンライン相談（Zoom）　土　10:00～18:00 （事前に center@k-largo.org へ申込が必要）		
	心をつなぐ家族電話相談 医療・ひきこもり・困ったことに関するご家族を対象とした相談	埼玉県精神障害者家族会連合会 （埼玉のぞみ会）	080-6685-2128	水・木・金	10:00～12:00 13:00～15:00
	埼玉いのちの電話 ・苦しみや悩みをかかえながら、誰にも相談できずにいる方のための電話相談	社会福祉法人埼玉いのちの電話	電話相談 048-645-4343	24時間365日電話での相談	
			インターネット相談	詳しくはホームページをご覧ください。	
	いのちの電話	一般社団法人 日本いのちの電話連盟	0570-783-556	毎日	10:00～22:00
			自殺予防フリーダイヤル 0120-783-556	毎日　16:00～21:00 毎月10日　8:00～翌8:00（24時間無料）	
	#いのちSOS	NPO法人自殺対策支援センター ライフリンク	0120-061-338	月～日　24時間 webからの相談は8：00～22：30（受付は22時）	
	生きづらびっと ・「死にたい」「消えたい」「生きることに疲れた」などの気持ちを専門の相談員が受け止め、状況を一緒に整理し、必要な支援策などについて一緒に考えます。		LINE相談 Facebook相談 WEBから相談 ※詳しくはホームページをご覧ください。		
	こころのほっとチャット ・カウンセラーが悩みを聞いて一緒に考える相談サービス。年齢・性別を問わず相談に応じています。	NPO法人 東京メンタルヘルス・スクエア	LINE・Facebook　@kokorohotchat チャットhttps://www.npo-tms.or.jp/public/kokoro_hotchat ショートメッセージ　0005−990−164 ※詳しくはホームページをご覧ください。		
			毎日　9:00～11:50（受付11:00まで） 12:00～15:50（受付15:00まで） 17:00～20:50（受付20:00まで） 21:00～23:50（受付23:00まで） 毎週　月曜 4:00～6:50（受付6:00まで） 毎月　最終土曜 0:00～翌日曜5:50		
	あなたのいばしょ ・話したくても話せない、頼りたくても頼れないといった「望まない孤独」に対して相談に応じる	NPO法人あなたのいばしょ	詳しくはホームページをご覧ください。		
からだや障害に関すること	お立ち寄り健康相談 ・血圧測定、生活習慣病予防、食生活改善などの相談	桶川市健康増進課（保健センター）	048-786-1855	来所相談 奇数月に１回実施 9:30～11:00 詳しい日程は広報または「保健事業のお知らせ」をご確認ください	
	がんについての相談窓口	がん情報サービスサポートセンター	0570-02-3410（ナビダイヤル） 03-6706-7797	月～金	10:00～15:00
	がん相談ホットライン	公益財団法人日本対がん協会	03-3541-7830	毎日（年末年始を除く）	10:00～13:00 15:00～18:00
	障害福祉に関すること	桶川市障害福祉課	048-788-4936	月～金	8:30～17:15
		桶川市子ども未来課	048-788-4946	月～金	8:30～17:15
		相談支援センターわおん ※桶川市障害者就労支援センター併設	生活相談048-729-1195 計画相談048-729-4045 就労相談048-729-1255	月～土 （祝日・年末年始を除く）	月～金 9:00～17:00 土　9:00～13:00
		障害者生活支援センターみのり	048-729-6167	月～金	8:30～17:15
		障害者生活支援センター杜の家	048-778-3531	月～金	9:00～17:45
		障害者生活支援センターあげお	048-771-0576	火～土 （祝日・年末年始を除く）	8:30～17:15
		障害者生活支援センターあらぐさ	048-726-5862	月～金	8:45～17:30
	アウトリーチ支援（精神障害者訪問支援） ・長期入院からの退院で手厚い支援が必要な方、精神科医療を中断した方、精神疾患が疑われるが精神科受診歴がない方の訪問支援	埼玉県済生会鴻巣病院 アウトリーチ支援係	080-2213-2951 出られない場合は折り返しお電話します。	初回相談受付窓口 月～金　9:00～17:00	

※相談日時について特に記載のない場合、土日・祝日・振替休日・年末年始を除く。

	事業名/相談内容　等	相談先		電話番号	相談日/時間等	
高齢者に関すること	高齢者の相談 ・介護、保健、医療、福祉、権利擁護等に関する相談 ・認知症に関する相談 ・虐待に関する相談	地域包括支援センター	ハートランド	048-777-7055	月～土	8:30～17:15
			ルーエハイム	048-789-2121		
			社会福祉協議会	048-728-2265		
			ねむのき	048-783-5311		
		桶川市高齢介護課		048-786-3211	月～金	8:30～17:15
認知症	認知症ケア相談室 ・在宅で認知症の人を介護している家族を対象に、認知症ケアの具体的な方法についての相談	桶川市高齢介護課　地域包括ケア推進係		048-788-4938	毎月第2金曜日、午前中の1時間程度（予約制） 予約多数の場合、応相談	
	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埼玉県支部		048-814-1210	月・火・水・金・土	10:00～15:00
				若年性認知症サポートセンター 048-814-1212	月～金	9:00～16:00
		公益社団法人 認知症の人と家族の会本部		0120-294-456(フリーダイヤル) 050-5358－6578 LINE相談 https://lin.ee/MHYOf52	月～金	10:00～15:00
生活の困りごと	福祉総合相談 ・生活の不安や困りごとに関すること	桶川市社会福祉課　地域福祉係 桶川市社会福祉協議会　地域支えあい課		048-788-4933	月～金	8:30～17:15
	生活困窮者の生活相談	桶川市社会福祉課　地域福祉係		048-788-4933	月～金	8:30～17:15
	生活保護の相談	桶川市社会福祉課　保護係		048-788-4934	月～金	8:30～17:15
借金やヤミ金融などの金銭的な問題	法律相談（予約制）	桶川市秘書広報課		048-788-4901	基本金曜日 （第３週は土曜日）	金 14:00～17:00 土　9:00～12:00
	司法書士相談（予約制）				毎月第2木曜日 （10月は除く）	13:00～16:00
	多重債務相談 ・サラ金、ヤミ金などの借金債務整理				月～金	8:30～17:15
	消費生活相談 ・商品やサービスの契約トラブルなど消費生活に関する相談	桶川市消費生活センター		048-786-3211	月～金	10:00～12:00 13:00～15:30
	消費者ホットライン（全国共通） 市や県の消費生活相談窓口を紹介	消費者庁		188	原則、年末年始を除く毎日	平日9:00～17:00 土日祝10:00～16:00
	平日バックアップ相談 ・消費者ホットラインに電話をした際に、最寄りの相談窓口に電話がつながらない場合に相談を受けています。	独立行政法人 国民生活センター		03-3446-1623	平日	10:00～12:00 13:00～16:00
	クレジット・サラ金・ヤミ金等による多重債務者の相談、及び司法書士による法的処理	夜明けの会		048-774-2862	月～金	10:00～17:00
心配ごと・悩み相談	桶川市暮らしとこころの総合相談会 ・弁護士・司法書士による法律問題、社会福祉士による生活問題、精神保健福祉士によるこころの悩みの個別相談会	夜明けの会（事務局） 相談会場：桶川市保健センター		事前予約 048-774-2862	毎月第３日曜日	9:00～12:00
	暮らしとこころの総合相談会 ・さまざまな悩みや困りごとについて、弁護士や司法書士、精神保健福祉士、社会福祉士が相談に応じます。	夜明けの会（事務局） 相談会場：JACK大宮５階集会室		事前予約 048-782-4675	原則木曜日 ※開催日、要確認	15:00～19:00
	よりそいホットライン ・どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法を探します。 暮らしの悩みごと、悩みを聞いて欲しい方、DV・性暴力などの相談をしたい方、性的思考や性自認に関してお悩みの方・外国語による相談をしたい方など	一般社団法人 社会的包摂サポートセンター		0120-279-338 （つなぐ ささえる）	24時間対応	
法的相談	法的トラブル解決のための総合案内	法テラス（日本司法支援センター）		法テラス・サポートダイヤル 0570-078-374 （おなやみ なし） IP電話からは 03（6745）5600 ＊通話料負担あり	月～金	9:00～21:00
					土	9:00～17:00
				メール相談	毎日24時間 詳しくはホームページをご覧ください https://www.houterasu.or.jp	
労働・経営・職場の問題	内職相談	桶川市内職相談室（勤労福祉会館）		048-773-1121	毎週水・金	10:00～12:00 13:00～15:00
	障害者就労相談	桶川市障害者就労支援センター		048-729-1255	毎日 （祝日・年末年始を除く）	9:00～17:00
	発達障害者の就労に関する相談	発達障害者就労支援センター		ジョブセンター熊谷 048-501-8917 ジョブセンター川越 049-299-4927	電話・来所相談（予約制） 月～金 10:00～16:00	
	労働相談（県）	埼玉県労働相談センター		048-830-4522	月～金	9:00～16:30
	労働相談（国）	厚生労働省 埼玉労働局 総合労働相談コーナー		048-600-6262	月～金	9:00～17:00
	産業保健に関する相談	埼玉産業保健総合支援センター		048-829-2661	電話・メール 来所・オンライン相談 （相談日はお問い合わせください） https://www.saitamas.johas.go.jp	
	こころの耳の電話窓口 ・労働者やその家族、企業の人事労務担当者の方々からの相談	こころの耳（厚生労働省）		電話相談 0120-565-455	月・火17:00～22:00 土・日10:00～16:00	
				SNS相談	土・日10:00～16:00 月・火7:00～22:00	
				メール相談	24時間毎日 （詳しくはホームページをご覧ください）。	
	サポステ（地域若者サポートステーション） ・働くことに悩みを抱える15歳から49歳までの方およびその親・家族を対象とした就労支援施設	地域若者サポートステーションさいたま		048-650-3366	予約のうえ来所相談 月～金、第２・４土曜日　9:00～17:00 （祝日、年末年始を除く）	

※相談日時について特に記載のない場合、土日・祝日・振替休日・年末年始を除く。

	事業名/相談内容　等	相談先	電話番号	相談日/時間等	
犯罪被害でお悩みの方	暴力団などに関する困りごとの相談	公益財団法人 埼玉県暴力追放・薬物乱用防止センター	048-834-2140	月～金 （土・日・休日は除く）	8:30～17:15
	犯罪や交通事故にあわれた方とそのご家族、犯罪や事故で身近な方を亡くされた人の相談	埼玉県警察犯罪被害者支援室	0120-381-858	月～金 （祝休日、年末年始は除く）	8:30～17:15
		公益財団法人 埼玉犯罪被害者援助センター （彩の国サポートセンター）	電話相談受付 048-865-7830	月～金 （祝休日、年末年始は除く）	8:30～17:00
	臨床心理士等による カウンセリング		面接相談 （電話予約受付） 048-865-7830	週3日	予約制
	弁護士による法律相談			毎月第2・4金曜日	予約制 13:00～16:00
	アイリスホットライン ・性暴力などの犯罪被害にあった方を支援します。 被害にあい、不安や悩みを抱えた方の相談、警察への届出を迷っていたり、届出したくない方の相談も受け付けています。		0120-31-8341	24時間365日	
	ストーカー行為等の被害に関する相談	埼玉県上尾警察署　人身安全対策課	048-773-0110	24時間対応	
	被害者ホットライン ・被害相談や事件、検察庁で行っている被害者等通知制度等に関する問い合わせ	さいたま地方検察庁	048-863-2298	月～金（夜間・休日は伝言やファックス対応）	
	犯罪被害に遭われた方の相談	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 0120－079－714 （なくこと ないよ） IP電話からは03-6745-5601	月～金	9:00～21:00
				土	9:00～17:00
女性や男性の相談・人権に関すること	女性相談・性の多様性に関する相談	桶川市人権・男女共同参画課	048-788-4908	毎月第2・4月曜日	予約制 10:00～16:00
	ＤＶ相談			月～金	8:30～17:15
	ＤＶ行為等の被害に関する相談	埼玉県上尾警察署　生活安全課	048-822-9110	月～金	8:30～17:15
	DV相談＋（プラス） ・様々な暴力(DV)について、専門の相談員が一緒に考えます	内閣府	0120-279-889 （つなぐ はやく） チャット https://form.soudanplus.jp/	24時間受付 受付　12:00～22:00） （詳しくはホームページをご覧ください	
	県のＤＶに関する相談	埼玉県配偶者暴力相談支援センター	048-600-3700	月～土 （木曜日・年末年始を除く）	9:30～20:30
				日・祝・休日 （木曜日・年末年始を除く）	9:30～17:00
			インターネット相談 詳しくはホームページをご覧ください。		
	県の電話相談 生き方、家族、夫婦、人間関係、カラダ・性などの相談	With Youさいたま （埼玉県男女共同参画推進センター）	048-600-3800	月～土 （木曜日・年末年始を除く）	9:30～20:30
				日・祝・休日 （木曜日・年末年始を除く）	9:30～17:00
	男性のための電話相談（男性臨床心理士による）		048-601-2175	毎月第1・3日曜日	11:00～15:00
	人権相談	桶川市人権・男女共同参画課	048-788-4907	毎月第2火曜日	9:00～12:00
	みんなの人権110番（全国共通人権相談ダイヤル） ・人権擁護委員による電話相談	法務省人権擁護局	0570-003-110	月～金	8:30～17:15
	女性の人権ホットライン 暴力、ハラスメント、いじめ、誹謗中傷の相談	法務省人権擁護局	0570-070-810	月～金	8:30～17:15
			インターネット相談 詳しくはホームページをご覧ください。		
	にじいろ相談（埼玉県LGBTQ県民相談）	埼玉県人権・男女共同参画課	0570-022-282	毎週土曜日 （年末年始を除く）	18:00～21:30
子どもに関すること	妊婦乳幼児相談 ・妊娠中の不安や悩み、お子さんの発育発達、授乳や食事など、育児や乳幼児の健康、保護者の不安や悩み等の相談	桶川市健康増進課（保健センター）	048-786-1855	月～金	電話・来所 8:30～17:15
	育児に関する相談 ・育児相談や子育てに関する情報提供	桶川市駅前子育て支援センター「ほほえみ」	048-774-9979	月～金	電話・来所 9:00～17:00
		桶川市日出谷子育て支援センター「ぽかぽか」	048-789-2581		
	こどもと家庭なんでも相談 ・子どもたち自身や親からの、家庭・幼稚園・学校などでの悩みや子育ての相談	桶川市こども家庭センター （桶川市子ども未来課内）	048-788-4946	月～金	8:30～17:15
	いつでも子育てメール相談 ・育児に関する悩みごとの相談 話すよりも文章の方が相談しやすい方、昼間は仕事だから夜に相談したい方などにおすすめ	桶川市こども家庭センター （桶川市子ども未来課内）	市のホームページ 「子育てメール相談」をご覧ください。		
	未就学児の発達相談	子ども発達相談支援センター	048-787-5562	月～金	8:30～17:15
	未就学～小学校３年生までの発達相談	県央地域療育センター （児童デイサービスやまと内）	048-856-9723	月～金	9:00～17:00
	子どもの心の健康相談	埼玉県鴻巣保健所	048-541-0249	来所相談（予約制） 日程はお問い合わせください。	
	いじめ、不登校、性格、行動、学習の遅れ、発達、障害等の相談 ・小・中・高校生・青少年（18歳まで）・保護者および関係教職員	埼玉県立総合教育センター	048-556-4180 （こころ　よいはれ）	予約のうえ面接相談 月～金　9:00～17:00 （祝休日、年末年始は除く）	
	18歳未満の子どもの養育、性格行動、しつけ、非行、虐待、あらゆる問題について（専門家による相談）	埼玉県中央児童相談所	048-775-4152	月～金	8:30～18:15
			189（いちはやく）	24時間対応	
	不登校、発達障害、LGBTQなど、生きづらさを抱えている当事者の相談 ・自分らしく生きたい子ども・親・先生を支える会	なないろ・みらい	電話・ショートメール　070-6670-3379 メール　nanairomirai422@gmail.com Facebook　「なないろ・みらい」		24時間受付
	認知、養子縁組等の手続きに関すること	桶川市市民課	048-788-4923	月～金	8:30～17:15
	遺児の心のケア等について	一般財団法人 あしなが育英会	03-3221-0888	詳しくはホームページをご覧ください。	

※相談日時について特に記載のない場合、土日・祝日・振替休日・年末年始を除く。

	事業名/相談内容　等	相談先	電話番号	相談日/時間等	
教育・青少年に関すること	しつけ、学習、学校での友人関係、集団への適応、不登校など	桶川市学校支援課	048-788-4968	月～金	8:30～17:15
		桶川市教育センター	048-786-3237	月～金	9:15～17:00 (受付は16:30まで)
	彩の国　よりそうみんなの電話・メール教育相談 ・いじめ、不登校、学校生活、性格、人間関係等 ・小・中・高校生青少年（原則として18歳まで）およびその保護者が対象	埼玉県立総合教育センター	子ども用 ＃7300 0120-86-3192 保護者用 048-556-0874	年中無休	
			Eメール相談 soudan@spec.ed.jp	月～金	9:00～17:00
	子どもスマイルネット ・18歳未満の子どもに関わる様々な悩みについて（友達、学校、家族、自分のことなど） ・18歳未満の子どもからの相談、保護者からの育児相談	埼玉県子どもの権利擁護委員会	048-822-7007	毎日 （祝日・年末年始を除く）	10:30～18:00
	少年相談窓口・少年サポートセンター ・20歳未満や保護者等からの非行、いじめ、犯罪被害等少年問題に関する相談	埼玉県警察　少年サポートセンター	少年用・ヤングテレホンコーナー 048-861-1152 保護者用 048-865-4152	月～金 （祝休日・年末年始を除く）	8:30～16:15
	子どもの人権110番 ・いじめや体罰、不登校や虐待の相談	法務省 さいたま地方法務局	0120-007-110 048-859-3515	月～金	8:30～17:15
			メール相談 LINE相談 こどもの人権SOSミニレター		
	チャイルドライン ・18歳までの子どものための相談	NPO法人チャイルドライン支援センター	0120-99-7777	毎日（年末年始を除く）	16:00～21:00
			https://childline.or.jp/index.html　チャットでの相談		
	24時間子供ＳＯＳダイヤル ・保護者からの相談にも対応	文部科学省	0120-0-78310 （なやみ 言おう）	年中無休	
	bondプロジェクト ・10代・20代の女の子のための女性による支援	NPO法人BONDプロジェクト	080-9501-5220	木・土 火	18:00～22:00 13:00～17:00
			LINE相談 @bondproject	月・水・木・金・土	10:00～22:00 （21:30まで受付）
	こころもメンテしよう ・若者を支えるメンタルヘルスサイト	厚生労働省	詳しくはホームページをご覧ください。		
在住外国人	帰化、婚姻、認知等の手続きの相談	さいたま地方法務局	048-851-1000	月～金	8:30～17:15
	在留審査一般	東京出入国在留管理局 さいたま出張所	048-851-9671	月～金	9:00～16:00
	外国人人権相談ダイヤル ・日本語を自由に話すことができない方からの人権相談に応じる 【対応言語】英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、スペイン語、インドネシア語、タイ語	法務省人権擁護局	0570-090-911	月～金	9:00～17：00
自死遺族	自死遺族相談	埼玉県立精神保健福祉センター	相談予約まで 048-723-6811	電話予約のうえ来所相談 月～金 （土日・祝休日・年末年始を除く）	9:00～17:00
	グリーフサポートリンク	NPO法人 全国自死遺族総合支援センター	自死遺族相談ダイヤル 03-3261-4350	木（祝祭日は休み）	10:00～19:00
				日（祝祭日は休み）	10:00～17:00
			メール相談　https://izoku-center.or.jp/		

桶川市健康増進課（保健センター）
住所：桶川市鴨川１－４－１

電話：048－786－1855