

あなたを支える相談窓口

※女性専用でない相談機関も含まれます

相談内容	窓口名称	相談先・電話番号	対応日時
生活・仕事全般	千葉市生活自立・仕事相談センター	中央区 043-202-5563 花見川区 043-307-6765 稲毛区 043-207-7070 若葉区 043-312-1723 緑区 043-293-1133 美浜区 043-270-5811	月～金曜日 8:30～17:30 (祝日・年末年始を除く)
就労	マザーズハローワークちば	043-238-8100	月～金曜日 10:15～19:00 (祝日・年末年始を除く)
DV	千葉市配偶者暴力相談支援センター	043-245-5110	月～金曜日 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
DV・ひとり親	各区保健福祉センターこども家庭課	中央区 043-221-2149 花見川区 043-275-6421 稲毛区 043-284-6137 若葉区 043-233-8150 緑区 043-292-8137 美浜区 043-270-3150	月～金曜日 9:00～16:30 (祝日・年末年始を除く)
ひとり親	ひとり親家庭土日・夜間電話相談	043-234-3366	月～金曜日 18:00～21:00 土日祝日 9:00～18:00
健康	健康相談	保健福祉センター健康課 中央区 043-221-2582 花見川区 043-275-6296 稲毛区 043-284-6494 若葉区 043-233-8714 緑区 043-292-2630 美浜区 043-270-2213	●対応日時等については要問合せ
こころの悩み	夜間・休日心のケア相談 (電話・LINE)	●電話相談 043-216-2875 ●SNS 相談 LINE アプリで「千葉市心のケア SNS相談」を検索、「友だち追加」	月～金曜日 17:00～21:00 土・日曜日及び祝日 13:00～17:00 ●電話相談は直接お電話ください ●SNS 相談は「トーク」で相談時間内に メッセージを送ってください
	こころと命の相談室	●面接相談【要予約】 ●予約専用電話 043-216-3618 (月～金曜日 9:30～16:30)	月・金曜日 18:00～21:00 土曜日(毎月2回) 10:00～13:00 日曜日(毎月1回) 10:00～13:00 (祝日・年末年始を除く)
	こころの電話(傾聴の電話)	こころの健康センター 043-204-1583	月～金曜日 10:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
ひきこもり	ひきこもり地域支援センター	043-204-1606 ※ひきこもりの方とその家族等	月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
気持ちの整理	ハーモニー相談 (女性のための相談)	男女共同参画センター 043-209-8775	電話・面接相談【要予約】 ※初回は電話相談のみ 火～金曜日 10:00～20:00 土・日曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
性暴力被害	NPO 法人千葉性暴力被害支援センター ちさと	043-251-8500	24 時間対応
悩み全般	よりそいホットライン	0120-279-338	24 時間対応