

# ～ひとりで悩まないで！あなたの側に相談できる場所があります！～

## 相談機関一覧

令和5年8月現在

### ■守谷市及び茨城県近郊の主な相談窓口

#### 1. こころとからだの健康(うつ病などの精神疾患や心身の不調など)

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
いばらきこころのホットライン	茨城県	029-244-0556 (月～金) 0120-236-556 (土・日)	9:00～12:00 13:00～16:00	こころの健康に関すること ※祝日・年末年始を除く
精神保健福祉センター (一般)面接		029-243-2870	※詳細は精神保健福祉センターへ問い合わせ	※要予約
精神保健福祉センター (思春期)面接		029-243-2870	※詳細は精神保健福祉センターへ問い合わせ	※要予約
竜ヶ崎保健所 (保健指導課)		0297-62-2367	毎月2回 ※詳細は竜ヶ崎保健所へ 問い合わせ	※要予約
守谷市保健センター	守谷市役所 保健センター	0297-48-6000	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日は除く)	メンタルヘルスに関する相談 電話での相談及び面接 ※要予約
こころの健康相談 (定例相談)			月1回木曜	メンタルヘルスに関する相談(アルコール相談も可能) ※要予約

#### 2. 死にたい気持ち

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
茨城いのちの電話	社会福祉法人	つくば 029-855-1000	24時間	自殺、いじめ、その他の悩みなど
		水戸 029-350-1000	24時間	
		フリーダイヤル 0120-783-556	毎月10日8:00～11日8:00 毎日16:00～21:00	

#### 3. 経済問題

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
茨城県弁護士会 龍ヶ崎相談センター(面接)	茨城県弁護士会	029-875-3349	受付: 月曜～水曜 13:00～16:00 ※先着順 相談: 水曜のみ 13:00～16:00	相談料金5,500円(30分以内) 場所: 龍ヶ崎商工会 住所: 龍ヶ崎市上町4264-1
茨城県弁護士会 守谷相談センター(面接)				相談料金5,500円(30分以内) 場所: 守谷市商工会館 住所: 守谷市本町19
司法書士総合相談センター 電話相談	茨城 司法書士会	029-212-4500 029-212-4515 029-306-6004	毎週火曜 16:00～18:00	家・土地、相続、会社、日常生活のトラブルなど ※「無料電話相談で電話しました」と一言お伝えください
司法書士総合相談センター 面談相談		予約電話 029-224-5155 029-225-0111	<水戸>毎火曜 16:00～17:20 <つくば>第1・3火 16:10～17:30 第2・4・5火 16:40～18:00 <古河>第1・3火 18:15～19:35 <リモート>毎木曜14:00～16:00	電話予約の上、各会場で相談(無料)
多重債務相談窓口	関東財務局 水戸財務事務所	029-221-3190	月曜～金曜 (祝祭日を除く) 8:30～12:00 13:00～16:30	多重債務相談専用ダイヤル
守谷市消費生活センター	守谷市役所 (2階経済課内)	0297-45-2327	月曜～金曜 9:00～12:00 13:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)	「消費生活に係るトラブル全般」 架空請求やインターネット利用におけるもの、訪問販売・電話勧誘など、契約に関するもの

年金・労務相談	守谷市社会福祉協議会	0297-45-0088	毎月第2月曜 14:00から16:00	年金・労務に関する面接相談 場所:いきいきプラザ・げんき館 ※前週の金曜までに要予約
---------	------------	--------------	------------------------	--

#### 4. 法律問題

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
「法テラス」 法的トラブル	日本司法支援センター 法テラス	0570-078374 PHS・IP電話からは 03-6745-5600	月曜～金曜 9:00～21:00 土曜 9:00～17:00	
「法テラス」 犯罪被害		0120-079714 IP電話からは 03-6745-5601		
法律相談	守谷市役所 (人権推進課)	0297-48-7911	毎月第1・3木曜 予約制 13:00～16:00 (1人30分以内)	民事上の問題についての相談 守谷市在住・在勤の方 定員8名まで 詳細は、広報もりやで確認 ※電話予約制

#### 5. 子育て・児童虐待・いじめ・教育問題

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
子育て相談	守谷市保健センター	0297-48-6000	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日を除く)	子どもの健康や育児の相談
教育・子育て電話相談	茨城県	029-225-7830	毎日 8:00～22:00 FAX、メールは24時間	子どものしつけ、交友関係、学校生活
非行問題に関する相談電話		029-295-2020	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日を除く)	非行等の問題行動を有する児童の電話相談
土浦児童相談所		029-821-4595	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日を除く)	子どもの養育、虐待、保護等、児童に関する相談
いばらき虐待ホットライン		0293-22-0293	毎日24時間	子どもの虐待に関する相談
県南地区 いじめ・体罰解消サポートセンター		029-823-6770	月曜～金曜 9:00～17:00 (祝日を除く)	教職員、保護者、児童生徒を対象に、いじめや不登校など学校生活における悩みや困りごとに対応 (電話、面接、メール、書き込み)
子どもホットライン ※18歳までの方専用		029-221-8181	毎日24時間 電話、メール、FAX相談	いじめや不登校をはじめ、子ども達が抱える様々な不安や悩み、不満など
児童虐待通報窓口	守谷市役所 (のびのび子育て課)	0297-45-1111 (内線 157)	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日を除く)	気になる親子などについての通報や相談、電話及び来所相談 ※連絡していただいた方が特定されないように秘密は守られます
家庭児童相談室	守谷市市民交流プラザ内	0297-45-2314	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日を除く)	18歳未満の児童及びその家族についての相談、言葉が遅い、学校に行きたがらないなどの子供の問題
守谷市総合教育支援センター 適応指導教室 「はばたき」も併設	守谷市役所 守谷市教育委員会	0297-46-2341	月曜～金曜 9:00～16:30 (祝日を除く)	子どもの心や体、行動等に関すること ・ 不登校や登校しぶり ・ いじめ ・ 子どもの性格や行動 ・ 学業についての心配ごと ・ 言葉や発達の遅れ ・ 子どものへのかかわり方など

守谷市こども療育教室	守谷市役所 (こども療育教室)	0297-47-0220	月曜～金曜 9:00～17:00 (祝日を除く)	就学前の児童の発達に関するこ と、発達を促す活動及び面接活 動、電話相談及び面接
------------	--------------------	--------------	-----------------------------	--

## 6. 家庭内暴力問題

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
茨城県婦人相談所 (配偶者暴力相談支援セン ター)	茨城県	029-221-4166 (相談専用)	毎日(年末年始を除く) ◆電話相談◆ 月曜～金曜 9:00～21:00 土日祝 9:00～17:00	配偶者、交際相手からの暴力、離 婚、家庭不和など
女性安心パートナー (女性専用相談電話)	茨城県警	029-301-8107	夜間、休日を問わず24時 間対応	・夫や同棲相手からの暴力(DV) ・恋人からの暴力 ・元交際相手や職場同僚などから のつきまとい ・リベンジポルノ
少年サポートセンター (少年相談コーナー)	茨城県警	029-231-0900	月曜～金曜 8:30～17:15 (祝日除く)	少年(20歳未満)の非行や犯罪被 害の問題・悩みなど

## 7. ひきこもり

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
竜ヶ崎保健所(保健指導課)	茨城県	0297-62-2367	毎月1回 ※詳細は竜ヶ崎保健所へ 問い合わせ	※ 要予約(年末年始・祝祭日を除く)
ひきこもり相談支援センター		0296-48-6631	火曜～土曜 9:00～18:00	※ 要予約(年末年始・祝祭日を除く)

## 8. 仕事・職場問題

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
(公財)茨城カウンセリング センター	公益財団法人	029-225-8580	月曜～土曜(祝日を除く) 10:00～12:00 13:00～18:00 ※土曜は17:00まで	要予約・有料(1回 4,400円、原則50分 以内)
茨城産業保健総合支援センター (働く人のこころの健康相談室)	独立行政法人 労働者健康安全機 構	029-300-1221	毎週金曜 (祝日・年末年始を除く) 13:00～16:00	※要予約・無料 カウンセラーによる面談、WEB相談、電話 相談 対象者は、勤労者及びその家族、上司、 同僚、産業保健スタッフ等
いばらき労働相談センター	茨城県	029-233-1560	月曜～金曜 9:00～19:00 第2・4土曜 9:00～15:00 (祝日・年末年始を除く) ※出張相談あり	配置転換、解雇、賃金その他、労働に 関する相談(無料) ※受付は終了時間の30分前まで

## 9. アルコールや薬物などへの依存

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
精神保健福祉センター アルコール相談(面接)	茨城県	029-243-2870	第3・第4木曜 15:00～16:00	※要予約 第3:精神保健福祉センターまたは WEB 第4:土浦保健所
精神保健福祉センター 薬物相談(面接)			第1・3木曜 精神保健福祉セ ンター 第1金曜 日立保健所 第2金曜 筑西保健所 第4金曜 潮来保健所	※要予約
県南地区薬物相談		0297-62-2367 (竜ヶ崎保健所)	第3金曜 13:00～16:00 ※平成28年8月から開始	会場:竜ヶ崎保健所

茨城ダルク	茨城ダルク	0296-35-1151	※詳細は茨城ダルクへ問い合わせ	薬物、アルコール、ギャンブル依存に苦しむ方、その家族から、来所、電話等で相談を受け付けます ※ 費用無料 ※ 来所相談は要予約
守谷断酒会	NPO法人茨城県断酒つばね会	鈴木 秀男 090-8687-4807 守谷市保健センター 0297-48-6000	日曜(月2回) 10:00~12:00	アルコール依存に苦しむ当事者、その家族 ※ 守谷市民が対象 ※ 日程は保健センターにお問い合わせください

## 10. 人権問題

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
人権相談	守谷市役所 (人権推進課)	0297-48-7911	広報もりやを確認	人権についての相談、例えば同和問題、セクハラ、近隣関係など 来所による相談 ※要予約

## 11. 行政相談

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
行政相談	守谷市役所 (人権推進課)	0297-48-7911	2か月に1回 13:00~15:00	国の仕事に関する苦情など

## 12. 心配ごと相談

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
ふくし相談	守谷市社会福祉協議会	0297-45-0088	随時 ※詳細は守谷市社会福祉協議会へ問い合わせ	福祉全般のこと 場所:いきいきプラザ・げんき館
傾聴電話相談		0297-48-5555	毎週金曜 10:00~15:00	子育て、家庭の悩みごとなど

## 13. 高齢者に関すること

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
生活機能相談窓口	守谷市役所 (健幸長寿課)	0297-45-1111 (内線175)	月曜~金曜 8:30~17:15 (土日・祝祭日を除く)	守谷市民が対象、最近外出がおっくうになった、身の回りのことをするのに時間がかかるようになったなど生活上不自由な問題についての相談 ※要予約

## 14. 悲しみの分かち合い

相談窓口名称	運営主体	連絡先	相談時間	備考
大切な人を亡した方の集い	NPO法人 千葉県東葛地区・生と死を考える会	0297-48-6000 守谷市保健センター	月1回 13:30~15:30	大切な家族を亡くされた方が、心の痛みや苦しみ、悲しみを分かち合う集いです ※ 守谷市民が対象 ※ 日程は、保健センターにお問い合わせください