

潮来市 主な相談窓口(2023年11月現在)

ひとりで悩んでいませんか？あなたには相談できる人がいます

相談内容	相談窓口名称	電話番号	時間
身体の健康 こころの健康	こころの健康相談 (かすみ保健福祉センター) * 相談無料 予約制	0299-64-5240	年間6回 日程:こころとからだの健康カレンダー参照
健康相談	かすみ保健福祉センター	0299-64-5240	平日 8:30~17:15
妊娠・出産・育児	潮来市 子育て世代包括支援センター	0299-94-3031	平日 8:30~17:15
子育て全般	潮来市 子育て支援課 子ども家庭総合支援拠点	0299-63-1111 0299-62-2178(直通)	平日 8:30~17:15
ストーカー・DV 性差別等の人権 問題	潮来市男女協同参画総合相談	0299-62-2727	毎月第2・第4木曜日 13:00~17:00
障がい者(児) 精神障がい	潮来市 社会福祉課 障がい者基幹相談センター	0299-63-1111	平日 8:30~17:15
いじめ・不登校 友人関係	潮来市教育支援センター のびのびルーム	0299-64-2145	平日 9:00~16:00 (電話予約による面接)
介護保険	潮来市 高齢福祉課	0299-63-1111	平日 8:30~17:15
高齢者に関する 相談全般	潮来市地域包括支援センター (社会福祉協議会内)	0299-63-1288	平日 8:30~17:15
高齢者に関する 相談全般	潮来市高齢者総合相談センター (あやめ) (福楽園)	0299-80-2223 0299-64-6767	毎日 24時間
高齢者に関する 相談全般	茨城県高齢者総合相談センター (シルバー110番)	029-243-8822	毎日 9:00~17:00 (年末年始休)
納税相談	潮来市 税務課	0299-63-1111	平日 8:30~17:15
法律相談	社会福祉協議会(弁護士相談) * 相談無料/予約制	0299-63-1296	月1回 第3水曜日
福祉心配ごと相談	社会福祉協議会(行政書士等) * 相談無料/予約制	0299-63-1296	月1回 第1水曜日
消費者トラブル	潮来市消費生活センター	0299-62-2138	平日 9:30~12:00 13:00~16:30
人権相談	特設人権相談	0299-63-1111	偶数月 (実施日はお問い合わせください) 10:00~15:00(昼除く)

「こころの体温計」

ストレスチェック

携帯やパソコンで

気軽にチェックしよう!



## 茨城県の主な相談窓口

相談内容	相談窓口名称	電話番号	時間
こころの悩み	いのちの電話(水戸)	029-350-1000	毎日 24時間
こころの悩み	いのちの電話(つくば)	029-855-1000	毎日 24時間
こころの悩み	精神保健相談 (潮来保健所) *相談無料 予約制	0299-66-2174	毎月第1・第3木曜日 13:30~15:30
こころの悩み	いばらきこころのホットライン	029-224-0556 0120-236-556	平日: 9:00~12:00 13:00~16:00 土日:同上
こころの悩み	茨城カウンセリングセンター	029-225-8580	月~金 9:00~17:00 土 10:00~17:00
ひきこもり	ひきこもり相談支援センター	0296-48-6631	火~土 9:00~18:00
精神保健	潮来保健所	0299-66-2174	平日 8:30~17:15
難病	茨城県難病相談支援センター *予約制	029-840-2838	平日 9:00~12:00 13:00~16:00
助産師への相談	いばらき妊娠・子育てホットライン	029-301-1124	月・火・水・金 10:00~17:00 (祝祭日・お盆・年末年始休)
子どもの虐待	いばらき虐待ホットライン	0293-22-0293	365日 24時間
労働条件 職場のいじめ	働く人のこころの健康相談室	029-300-1221	平日 8:30~17:15
労働条件 職場のいじめ	鹿行労働相談センター	0291-34-2061	平日 9:00~16:00
消費者トラブル	茨城県消費生活センター	029-225-6445	平日 9:00~17:00 日曜 9:00~16:00 (土・祝日・年末年始除休)
経済 多重債務問題 法律問題	茨城県弁護士会鹿嶋相談センター	029-227-1133 (予約受付)	予約受付 平日 13:00~16:00 面接有料・予約制

## 全国の主な相談窓口

相談内容	相談窓口名称	電話番号	時間
法制度、相談窓口の案内	法テラス・サポートダイヤル	0570-078-374	平日 9:00~21:00 土曜 9:00~17:00
金融制度等に関する相談	金融サービス利用者相談室	0570-016-811	平日 10:00~17:00
男女問題 DV・セクハラ ストーカー	女性の人権ホットライン	0570-070-810	平日 8:30~17:15
こころの悩み	自死遺族ライン	03-3813-9970	毎週水曜日19:00~21:00
こころの悩み	自死遺族相談ダイヤル	03-3261-4350	毎週木曜日10:00~20:00 毎週日曜日10:00~18:00
こころの悩み	よりそいホットライン【通話無料】	0120-279-338	毎日 24時間
こころの悩み	いのちの電話【通話無料】	0120-783-556	毎月10日8:00~翌日8:00 毎日16時~21時
人権相談	全国共通 人権相談ダイヤル	0570-003-110	平日 8:30~17:15
人権相談	外国語 人権相談ダイヤル	0570-090-911	平日 9:00~17:00