

こころの問題に関する相談窓口

相談内容	相談窓口の名称	連絡先・場所	備考
こころと身体の健康に関する相談 ※精神科医・臨床心理士による 専門相談	君津健康福祉センター	地域保健課 木更津市新田3-4-34 TEL 0438 (22) 3744	こころの健康相談 (予約制・月3回) 思春期相談(予約制・月1回) うつ病体験者と家族のつどい
こころと身体に関する相談	木更津市保健相談センター	木更津市役所健康推進課 TEL 0438 (23) 1300	月～金(祝日・年末年始除) 8:30～17:15
こころの問題全般に関する相談	千葉県精神保健福祉センター	TEL①043 (263) 3893 ②043 (268) 7830 ③043 (268) 7474	月～金(祝日・年末年始除) ① 9:00～16:30 ②③13:00～18:30 ※来所相談は予約制
精神的危機に直面し、助けと励ましを求めている人の電話相談	千葉いのちの電話	TEL 043 (227) 3900	365日 24時間
身近な方を自死によってなくされた方のわかちあいの会	わかちあいの会「ひだまり」	千葉いのちの電話事務局 TEL 043 (222) 4416	月～金(祝日・年末年始除) 10:00～17:00
働く人のこころの健康に関する情報を提供	一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 「こころの耳」	インターネット 「こころの耳」で検索	
健康問題やメンタルヘルスに関する相談	千葉県看護協会 心の総合窓口	TEL 043 (245) 1771 (専用回線) soudan@cna.or.jp	電話は月・水・金 13:00～16:00 メールは24時間受付
職務で働く人やその家族の相談	日本産業カウンセラー協会 関東支部 こころの相談室専用電話	TEL 04 (7168) 7163	要電話予約 予約受付時間 月～金(祝日・年末年始除) 10:00～17:00
	日本産業カウンセラー協会 「働く人の悩みホットライン」	TEL 03 (5772) 2183	月～土 15:00～20:00

木更津市近くのこころの医療機関・臨床心理士による相談所

名称	所在地	電話番号	備考
木更津病院	木更津市岩根2-3-1	TEL 0438 (41) 1551	随時受診可
きっかわクリニック	木更津市大和1-6-17 田園キャスルプラザ木更津 A号館1階	TEL 0438 (25) 1555	※受診は要予約
木更津メンタルクリニック	木更津市東中央2-3-5 木更津メンタルクリニックビル2階	TEL 0438 (22) 7661	
袖ヶ浦さつき台病院	袖ヶ浦市長浦駅前5-21	TEL 0438 (62) 1113	
きみつ心療クリニック	君津市東坂田1-5-10 メディックビル2階	TEL 0439 (54) 6455	
帝京大学ちば総合医療センター	市原市姉崎3426-3	TEL 0436 (62) 1211	随時受診可
ゆうわ心の相談室 (臨床心理士による相談)	木更津市大和2-10-7 藤尾アーバンシティB101	TEL 0438 (22) 5270	予約制 有料
カウンセリングルームプロッシュ (prosche) (臨床心理士による相談)	館山市北条283-1	TEL 0470 (25) 7722	予約制 有料

困りごとの相談機関 困りごとをお持ちの方は、一人で悩まず専門の相談機関もご利用ください。

○ 多重債務・消費生活(訪問販売, 通信販売)の相談について

相談内容	相談窓口の名称	連絡先・場所	備考
消費生活に関する相談、事業者との間に生じたトラブルや暮らしに関する困りごと	木更津市消費生活センター	木更津市役所第2庁舎 2階 TEL 0438 (20) 2234	月～金(祝日・年末年始除) 10:00～12:00 及び 13:00～16:00 ※面接の場合は要予約
	千葉県消費者センター	TEL 047 (434) 0999	月～金 9:00～16:30 土 9:00～16:00 (祝日・年末年始除)
土日祝日 消費生活相談	国民生活センター	消費者ホットライン TEL 0570 (064) 370	土日祝日 10:00～16:00 (年末年始除)
多重債務・生活困窮 電話相談	NPO VAIC コミュニティ ケア研究所(県委託)	TEL 043 (290) 8061	365日 9:00～17:00
多重債務・クレジット・サラ金の トラブル相談 ※債務者本人の相談に限り 初回 30分無料	千葉県弁護士会	予約受付電話 TEL 043 (227) 8581	予約受付 月～金(祝日・年末年始除) 10:00～16:00 (11:30～13:30を除)
	ちば司法書士 総合相談センター	予約受付電話 TEL 043 (204) 8333	要予約・電話相談不可 予約受付 月～金(祝日・年末年始除) 10:00～16:00 (12:00～13:00を除)

○ 就労・労働相談

相談内容	相談窓口の名称	連絡先・場所	備考
雇用に関する相談、支援、総合的雇用サービスの相談	ハローワーク木更津	木更津市富士見 1-2-1 アクア木更津ビル5階 TEL 0438 (25) 8609	月～金(祝日・年末年始除) 8:30～17:15
ニートや働くことで悩んでいる若者の相談	ちば南部地域若者サポート ステーション	木更津市富士見 1-1-1 たちより館2階 (木更津駅東口駅前) TEL 0438 (23) 3711	月～金(祝日・年末年始除) 9:30～16:30 15歳～39歳 電話で事前に予約
労働者 50人未満の職場の健康づくりの相談窓口	君津木更津地域産業保健センター	TEL 0438 (22) 6206	第2・4木曜 14:00～16:30 電話で事前に予約
職場におけるこころの健康づくり、関係者への相談	千葉産業保健推進センター 千葉産業保健推進連絡事務所	TEL 043 (202) 3639	相談申込み 月～金(祝日・年末年始除) 9:00～17:00
雇用関係に伴うトラブル等の労働問題、ストレス、健康管理に関する相談	千葉県労働相談センター	千葉県庁本庁舎2階 TEL 043 (223) 2744	月～金(祝日・年末年始除) 9:00～20:00 (17:00～は電話のみ)
職場でのメンタルヘルスに関する相談	千葉メンタルヘルス対策支援センター	TEL 043 (202) 3640	月～金(祝日・年末年始除) 9:00～17:00
労働に関するあらゆる相談	千葉労働局総合労働相談コーナー	千葉第二地方合同庁舎 TEL 043 (221) 2303	月～金(祝日・年末年始除) 9:00～17:00

○ 家族の問題（高齢者介護・子どもの問題）・その他の相談について

相談内容	相談窓口名称	連絡先・場所	備考
家庭問題、人権上の悩み事、行政に関する問題	人権・行政合同相談	木更津市役所市民生活課 TEL 0438 (23) 7491	毎週月曜（祝日・年末年始除） 13:00～15:00 （1人20分以内） ※事前予約が必要
金銭貸借、相続、離婚問題等、民事全般に関する相談	法律相談 ※弁護士による相談	木更津市役所市民生活課 TEL 0438 (23) 7491	毎月第2・4木曜 （祝日・年末年始除） 13:00～16:00 （1人25分以内） ※事前予約が必要
交通事故の様々な相談	交通事故相談	木更津市役所市民生活課 TEL 0438 (23) 7492	毎月第1・3水曜 （祝日・年末年始除） 10:00～15:00 ※事前予約が必要
民事法律扶助による無料法律相談 ※民事法律扶助には収入などの一定の要件あり	法テラス千葉 （日本司法支援センター）	TEL 050 (3383) 5381	予約受付 月～金（祝日・年末年始除） 9:00～17:00
子育てに関する悩み、ひとり親家庭の生活一般や福祉、DVについての相談	木更津市役所児童家庭課	TEL 0438 (23) 7249	月～金（祝日・年末年始除） 8:30～17:15
DV相談 （ドメスティックバイオレンス）	君津健康福祉センター	地域福祉課 木更津市新田3-4-34 電話相談 専用電話 TEL 0438 (22) 3411	月～金（祝日・年末年始除） 9:00～17:00 ※面接は要予約
幼児から20歳までの青少年と保護者の電話、面接、メール相談	木更津市まなび支援センター	TEL 0438 (25) 5000 mailsoudan@kisarazu.ed.jp	月～金（祝日・年末年始除） 9:00～16:30 ※面接は要予約
いじめや親からの虐待をうけているなどの相談	子どもの人権110番	（全国共通・無料） TEL 0120 (007) 110 一般電話・携帯電話の場合は TEL 043 (247) 9666(有料)	月～金（祝日・年末年始除） 8:30～17:15
一般的な生活上の悩み	よりそいホットライン	TEL 0120 (279) 338	電話 24時間対応
よろず相談	中核地域生活支援センター 君津ふくしネット	富津市青木2-16-14 イオンモール富津まえ TEL 0439 (27) 1482・1483 TEL 0438 (25) 1151	電話 24時間 365日 開所 9:00～18:00
高齢者福祉に関する相談	木更津市役所高齢者福祉課	高齢者支援担当 TEL 0438 (23) 2630	月～金（祝日・年末年始除） 8:30～17:15
	中部地域包括支援センター	木更津市中尾623-1 TEL 0438 (30) 9080	
	西部地域包括支援センター	木更津市長須賀1305-2 TEL 0438 (22) 3422	
	南部地域包括支援センター	木更津市大久保761-2 TEL 0438 (37) 4811	
	北部地域包括支援センター	木更津市井尻951 TEL 0438 (97) 2561	
障害者福祉に関する相談	木更津市役所障害福祉課	障害福祉担当 TEL 0438 (23) 8497	月～金（祝日・年末年始除） 8:30～17:15
	木更津市指定相談事業所 ・ほっと	木更津市井尻942番地 TEL:0438 (97) 8556	月～金（祝日・年末年始除） 8:30～17:30
	相談支援事業所 はちどり	木更津市下郡2275-1 TEL 0438 (40) 7011	月～金（祝日・年末年始除） 8:00～17:00

アルコール・薬物依存症関連情報

○ 断酒学級・断酒会

名称	住所	電話番号
君津健康福祉センター (断酒学級)	木更津市新田3-4-34	TEL 0438 (22) 3744 地域保健課 精神保健福祉担当 第1火曜 14:00~16:00 予約不要

○ 薬物家族依存症者の家族ミーティング

名称	住所	電話番号
君津健康福祉センター	木更津市新田3-4-34	TEL 0438 (22) 3744 地域保健課 精神保健福祉担当 毎月第3月曜 13:00~15:00 予約不要 市原ダルクの協力あり

○アルコール・薬物依存リハビリテーション施設

名称	住所	電話番号
NPO 法人 リカバリーファーム 日本ダルク 君津ハウス	君津市白駒315-1	TEL 0439 (27) 1315 電話 24時間 365日 ※面接は要予約
◎千葉ダルク	千葉市中央区白旗3-16-7	TEL 043 (209) 5564 月~土 10:00~17:00 電話で事前に予約

◎覚せい剤、シンナー、市販薬その他の薬物依存症・アルコール依存症から回復するための民間のリハビリテーション施設。

【リーフレットに関する問合せ先】

木更津市健康推進課（保健相談センター）

TEL 0438-23-1300 / 〒292-0067 木更津市中央1-5-18