

心のセーフティネット 相談窓口一覧

【新潟県こころの相談ダイヤル】

新潟県では、毎日・24時間で相談対応をしています

なやみなし にいがた

電話：0570-783-025

※相談無料・通話料が別途かかります



みまもりん

| 分野別 | 相談内容 | 相談窓口 | 電話番号 | 受付時間 |
|-------------------------------------|---|----------------------------------|--|---|
| 1 心 | 自殺などさまざまな心の悩み | 新潟いのちの電話（新潟） | 025-288-4343 | 毎日24時間 |
| | | 新潟いのちの電話（上越） | 025-522-4343 | |
| | | 新潟いのちの電話（長岡） | 0258-39-4343 | |
| | | 新潟いのちの電話（新発田） | 0254-20-4343 | |
| | | 新潟いのちの電話（村上） | 0254-53-4343 | |
| | 自殺予防いのちの電話フリーダイヤル | 0120-783-556 | 毎月10日（通話料無料） | |
| | こころの悩みを抱える方やその家族等への訪問を中心とした相談支援 | 下越地域いのちとこころの支援センター | 0254-28-8880 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30-17:15 |
| 中越地域いのちとこころの支援センター | 0258-88-0070 | | | |
| 上越地域いのちとこころの支援センター | 025-524-7700 | | | |
| 2 精神保健 | 心の健康に関する相談 | 新潟県こころの相談ダイヤル | 0570-783-025 | 毎日24時間 |
| | | 新潟県精神保健福祉センター | 025-280-0113 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30-17:00 ※新潟市を除く県内に在住の方 |
| | | 新潟市こころの健康センター | 025-232-5560 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30-17:00 面談は予約制 |
| | | 各市区町村の保健福祉担当課 | 各市区町村役場にお問い合わせください | |
| 3 青少年・子ども | 児童虐待、養育困難、非行、発達 の遅れ等、18歳未満の子どものさ まざまな問題に関する相談 | 児童相談所 | 0254-26-9131 | 月～金 （祝日、年末年始を除く） 8:30-17:15 |
| | | 新発田児童相談所 | 0254-26-9131 | |
| | | 中央児童相談所 | 025-381-1111 | |
| | | 長岡児童相談所 | 0258-35-8500 | |
| | | 南魚沼児童相談所 | 025-770-2400 | |
| | | 上越児童相談所 | 025-524-3355 | |
| | 新潟市児童相談所 | 025-230-7777 | 月～金 （祝日、年末年始を除く） 8:30-17:30 | |
| | 各市区町村の児童家庭担当課 | 各市区町村役場にお問い合わせください | | |
| | DVと児童虐待専用の電話相談 | DV・児童虐待相談フリーダイヤル | 0120-26-2928 | 毎日9:00-22:00 |
| | 子供や女性に関する電話相談 | 子ども・女性電話相談 | 025-382-4152 | 毎日9:00-22:00 |
| | いじめ、その他学校生活に関する こと | 全国統一24時間子供SOSダイヤル | 0120-0-78310 | 毎日24時間 |
| | | 新潟県いじめ相談電話 | 025-285-1212 | |
| | | 新潟市「いじめSOS」電話相談 | 025-222-0110 | |
| | 不登校、いじめ、発達、心身の健康、その他 | 県立教育センター いじめ・不登校等悩み事相談テレフォン | 025-263-4737 | 月～金（祝日、お盆の時期、年末年始を除く） 9:10-16:00 |
| 幼児・児童・生徒の教育上の様々 な悩み | 県立教育センター 教育相談 | 025-263-9029 | 月～金（祝日、お盆の時期、年末年始を除く） 9:00-17:00 来所相談は予約制 | |
| 青少年や保護者の相談に対して、 内容に応じた適切な相談機関を紹介 | 生徒指導課いじめ対策室 | 025-280-5124 | 月～金（祝日を除く） 8:30-17:15 | |
| 子どもの非行などの問題行動 | 新潟少年サポートセンター | 025-285-4970 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30-17:15 | |
| | 長岡少年サポートセンター | 0258-36-4970 | | |
| | 上越少年サポートセンター | 025-526-4970 | | |
| 子どもの悩みごと相談 | 子どもの悩みごと相談 【①電話相談】 【②弁護士紹介】 | ① 0120-66-6310 ② 025-222-5533 | ① 毎週月曜日と木曜日 （祝日、お盆、年末年始を除く） 16:00～19:00 相談料無料 ② 月～金 （祝日、お盆、年末年始を除く） 9:00～17:00 初回30分相談料無料 | |

| 分野別 | 相談内容 | 相談窓口 | 電話番号 | 受付時間 |
|------------------------------|---|------------------------------|--|--|
| ● 4 ● 女性 | 配偶者からの暴力、離婚、女性の悩み、保護に関する相談 | 新潟県女性福祉相談所 | 025-381-1111 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30-17:15 |
| | DVと児童虐待専用の電話相談 | DV・児童虐待相談フリーダイヤル | 0120-26-2928 | 毎日 9:00-22:00 |
| | 子どもや女性に関する電話相談 | 子ども・女性電話相談 | 025-382-4152 | 毎日 9:00-22:00 |
| | 女性の被害（性犯罪・ストーカー・DV） | 性犯罪被害相談電話 | 025-281-7890または #8103 | 毎日24時間（夜間及び土日、祝日、年末年始は 当直の警察官が対応） |
| | 性暴力被害に関する相談 | 性暴力被害者支援センターにいがた | 025-281-1020 | 月～木10:00～16:00 金・土日・祝日10:00～翌10:00 （年末年始は除く） |
| ● 5 ● 高齢者 | 高齢者に係る日常生活上の心配事など | 新潟県高齢者総合相談センター | 025-285-4165 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 9:00-17:00 ※専門相談（法律相談）は予約制 原則毎月曜日 13:30～16:00 |
| | | 新潟県認知症コールセンター | 025-281-2783 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 9:00-17:00 |
| ● 6 ● 障害者 | 手帳の申請、医療費助成、福祉サービスの利用など、日常生活や社会活動に関する相談 | 各市区町村の障害福祉担当課 | 各市区町村役場にお問い合わせください | |
| | 障害者の権利擁護に係る相談など | 障害者110番 | 025-381-0110 | 10:00-15:00 （年末年始・特定日5回を除く） |
| | 高次脳機能障害に関する相談 | 高次脳機能障害相談支援センター | 025-280-0114 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30-17:00 |
| | 発達障害に関する相談 | 新潟県発達障がい者支援センター RISE（ライス） | 025-266-7033 | 月～金（祝日を除く） 8:30-17:15 |
| 新潟市発達障がい支援センター JOIN（ジョイン） | | 025-234-5340 | 月～金（祝日を除く） 8:30-17:30、土 9:00-15:00 面談・相談は予約制 | |
| ● 7 ● 難病 | 難病についての病気、制度、患者団体、就労に関すること | 新潟県・新潟市難病相談支援センター | 025-267-2170 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 10:00-16:00 |
| ● 8 ● ひとり親 | ひとり親家庭の就業、離婚による養育費に関する相談 | ひとり親家庭等就業・自立支援センター | （就業相談） 025-281-5587 （養育費相談） 025-281-5546 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 9:30-16:30 |
| ● 9 ● ひきこもり | ひきこもりに関する相談 | 新潟県ひきこもり相談ダイヤル | 025-284-1001 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 8:30～17:00 ※新潟市を除く県内に在住の方 |
| | | 新潟市ひきこもり相談支援センター | 025-278-8585 | 火～土（祝日、年末年始を除く） 9:00～18:00 |
| ● 10 ● 職場における心の健康・労働 | 職場、仕事、家庭他、生活全般でのこころの悩みなど | 日本産業カウンセラー協会 新潟相談室 | 025-290-3883 | 予約受付 月～金 10:00-18:00 面談時間 月～金 13:00-20:00 |
| | 事業者、労務管理者、労働者及びその家族を対象にメンタルヘルスに係る相談・計画立案等全般に関すること | 新潟産業保健総合支援センター | 025-227-4411 | 月～金（祝日を除く） 8:30-17:15 面談・相談は予約制 |
| | 労働問題に関する相談 | 新潟労働相談所 | 0250-23-6110 | 月～金（祝日、年末年始を除く） 9:00-17:00 面談相談は予約制 |
| | | 長岡労働相談所 | 0258-37-6110 | |
| | | 上越労働相談所 | 025-526-6110 | |
| 労働者からの雇用・賃金・セクハラ等の相談 | 新潟県弁護士会労働者無料相談 | 025-222-5533 | 月～金（祝日を除く） 9:00-17:00 | |
| ● 11 ● 求職 | 若年者の面接対策、キャリアカウンセリング | ジョブカフェにいがた | 025-240-3013 | 月～金（祝日を除く） 9:30-18:00 就職相談は予約制 |
| | | ジョブカフェながおか | 0258-38-6181 | |
| | | ジョブカフェじょうえつ | 025-520-9115 | |
| ● 12 ● 経営 | 中小業者の経営、金融、税金生活、多重債務等 | 無料法律相談（新潟県商工会連合会） | 025-283-1311 | 予約受付：平日8:30～17:15 面談時間：不定期 本部・支所・商工会合わせて月16回 |

| 分野別 | 相談内容 | 相談窓口 | 電話番号 | 受付時間 | |
|-------------------------------------|--|--------------------------|---|---|--|
| ● 13 ● ● ● ● 法律 | 各種法律問題全般 | 新潟県弁護士会リーガルサービスセンター | 025-222-5533 | 月～金（祝日を除く） 9:00～17:00 ※予約制、面談相談、原則有料 | |
| | 新潟県内にある様々な相談窓口の紹介 | 日本司法支援センター 法テラス新潟 | 0570-078328 ※IP電話を利用されている場合：050-3383-5420 | ①情報提供（電話・面談） 月～金（祝日を除く） 9:00～17:00 ②予約制の面談相談（経済的に余裕のない方を対象） 月～金（祝日を除く） 13:00～16:00 | |
| | 全国にある様々な相談窓口の案内のほか法制度紹介 | | コールセンター | 0570-078374 | 月～金（祝日を除く） 9:00～21:00 土 9:00～17:00 |
| | 犯罪被害に遭われた方の被害後の状況やニーズに応じ相談窓口利用できる法制度などの情報提供 | | 犯罪被害者支援ダイヤル | 0570-079714 | 月～金（祝日を除く） 9:00～21:00 土 9:00～17:00 |
| | 各種法律問題全般 | 新潟県司法書士会 司法書士総合相談センター | 025-240-7867 | 月～金（祝日を除く） 10:00～12:00 13:00～16:00 | |
| | | | 司法書士無料相談 | 025-244-5121 | 予約制の面談相談 毎週水曜日 13:30～16:00 |
| 商工業者を対象に企業経営に関する法律相談 | 無料法律相談（新潟県商工会連合会） | 025-283-1311 | 予約制の面談相談 予約受付 平日 8:30～17:15 面談時間 不定期 10:00～12:00 | | |
| ● 14 ● ● ● ● 金融 | サラ金、クレジット等、多重債務に関する相談 | 新潟県弁護士会多重債務相談センター | 025-222-5533 | 月～金（祝日を除く） 9:00～17:00 ※予約制、面談相談、初回無料 | |
| | | 新潟県司法書士会多重債務ホットライン | 025-240-7974 | 月～金（祝日を除く） 10:00～12:00 13:00～16:00 | |
| ● 15 ● ● ● ● 消費生活 | 商品や契約などの苦情相談 多重債務に関する相談 | 新潟県消費生活センター | 025-285-4196 | 月～金（祝日・毎月第4水曜を除く） 9:00～17:00（受付は16:30まで） 土 10:00～16:30（受付は16:00まで） 予約制の面談相談は月～金（毎月第4水曜を除く） | |
| ● 16 ● ● ● ● 生活安全・犯罪被害 | 犯罪や交通問題などの相談 | 性犯罪被害相談電話 | 025-281-7890または#8103 | 毎日24時間（夜間及び土日、祝日、年末年始は当直の警察官が対応） | |
| | | けいさつ相談室（警察本部） | 025-283-9110または#9110 | | |
| | 犯罪や交通問題などの相談 ストーカー規制法 ・DV防止法に関する相談 振り込め詐欺や悪徳商法・金融に関する相談 行方不明に関する相談 | 各警察署 | 各警察署にお問い合わせください | | |
| | 犯罪被害に関する相談 | にいがた被害者支援センター（新潟） | 025-281-7870 | | 月～金（祝日、年末年始を除く） 10:00～16:00 |
| | | にいがた被害者支援センター（長岡） | 0258-32-7016 | | |
| にいがた被害者支援センター（上越） | | 025-522-3133 | | | |
| ● 17 ● ● ● ● 人権 | 人権問題全般の相談 | みんなの人権110番 | 0570-003-110 | 月～金 （祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15 | |
| | | 子どもの人権110番 | 0120-007-110 | | |
| | | 女性の人権ホットライン | 0570-070-810 | | |

最近、眠れないし、食欲もない…
どうしたらいいんだろう。



そんなことはないよ！
必ず、解決する方法はあるから。
電話してほしいね。

どうせ相談したって何も解決なんかしないよ…



| 分野別 | 相談内容 | 相談窓口 | 電話番号 | 受付時間 | |
|----------------------|---|---------------------------------|--|--|---|
| ● 18 ● 交通事故 | 損害賠償請求、労災保険、社会保険の利用等に関する相談 | 新潟県交通事故相談所 | 025-280-5750 | 月～金(祝日、年末年始を除く) 9:00～17:00 | |
| | 損害の請求額、請求方法、賠償責任(過失の度合い)など | (公財)日弁連交通事故相談センター新潟県支部 | 025-222-5533 | 【面談相談の受付】 月～金(祝日を除く) 9:00～17:00 ※予約制、無料 | |
| | | | 0570-078325 | 【電話相談】 月～金(祝日を除く) 10:00～16:30 毎月10日(土日祝日の場合は休み明けの平日)10:00～19:00 ※予約不要、無料 | |
| ● 19 ● 福祉 | 福祉サービスの処遇内容や利用契約に関する苦情相談 | 新潟県福祉サービス運営適正化委員会 | 025-281-5609 | 祝日、年末年始を除く 電話 月～金 8:30～17:00 面談相談は 月～金 9:00～17:00 | |
| | 認知症高齢者、知的障害者、精神障害者の福祉サービスの利用手続きや金銭管理などの相談 | 新潟県社会福祉協議会 企画広報課(日常生活自立支援事業担当課) | 025-281-5584 | 月～金(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15 | |
| ● 20 ● 医療 | がんに関する相談全般 | がん相談支援センター | 県立新発田病院 | 0254-22-3121 (代表) | 月～金 9:00～16:00 面談相談は予約不要 |
| | | | 県立がんセンター新潟病院 | 025-266-5161 | 月～金 8:30～17:00 面談相談は予約制 |
| | | | 新潟市民病院 | 025-281-5151 (代表) (内線1718) | 月～金 8:30～17:15 面談相談は予約不要 |
| | | | 新潟大学医歯学総合病院 | 025-227-0891 | 月～金 10:00～12:00 13:00～16:00 面談相談は予約不要 |
| | | | 済生会新潟病院 | 025-201-2525 | 月～金 9:00～17:00 面談相談は予約不要 |
| | | | 国立病院機構西新潟中央病院 | 025-265-3171 (内線5176) | 月～金 8:30～17:15 面談相談は予約制 |
| | | | 長岡赤十字病院 | 0258-28-3600 (内線2123) | 月～金 9:00～13:00 14:00～16:00 面談相談は予約制 |
| | | | 長岡中央総合病院 | 0258-35-3700 (内線3193) | 月～金 9:00～16:00 面談相談は予約制 |
| | | | 立川総合病院 | 0258-33-3111 (代表) | 月～金 8:30～17:00 面談相談は予約制 |
| | | | 柏崎総合医療センター | 0257-23-2165 (代表) | 月～金 8:30～17:00 面談相談は予約制 |
| | | | 県立中央病院 | 025-522-7711 (代表) (内線2388) | 月～金 8:30～17:00 面談相談は予約不要 |
| | | | 新潟労災病院 | 025-543-3123 (内線1270) | 月～金 8:30～17:00 面談相談は予約制 |
| | | | 上越総合病院 | 025-524-3000 (代表) | 月～金 9:00～15:00 面談相談は予約制 |
| | | | 佐渡総合病院 | 0259-63-6344 | 月～金 9:00～12:00 13:00～15:00 面談相談は予約制 |
| | 薬に関する相談 | 新潟県薬剤師会お薬相談窓口 | 0120-893-193 | 月～金 (祝日、年末年始を除く) 9:00～12:00 13:00～17:00 | |
| 急な子どもの病気への対処についての相談 | 小児救急医療相談窓口 | 025-288-2525または #8000 | 毎日 19:00～8:00 | | |
| 医療の安全に関する相談 | 県民医療安全相談窓口 | 025-280-5781 | 月～金(祝日を除く) 10:00～12:00 13:00～15:00 | | |

令和2年5月末作成

<作成・発行> 新潟県福祉保健部障害福祉課 いのちとこころの支援室 (TEL025-280-5201)