

# 令和8年度 悩んだときの相談窓口一覧（八千代市版）

悩んでいることを誰かに話したり、聞いてもらうことで、少し楽になることがあります。

まずは自分の気持ちを言葉にして、相談してみませんか？

【令和8年3月作成】

問い合わせ

八千代市役所 健康福祉部

健康づくり課（電話：483-4646 FAX:482-9513）

障害者支援課（電話：421-6741 FAX:483-2665）



← 八千代市HP

悩んだときの相談窓口

SNSなどによる

相談窓口はこちら



※市外局番を省略しているものはすべて「047」です。

	相談窓口	相談内容	連絡先・受付時間
生活・経済	福祉総合相談課 (市役所内)	相談先が分からないような相談、福祉の様々な困りごと相談、DVなどの相談。	☎421-6732 FAX:483-2665 月～金8:30～17:00(祝日・年末年始除く)
	生活・仕事・自立相談窓口 しえん	仕事やお金のことなど、生活上のお困りごとの相談に応じ、解決策の検討や支援計画の策定を行います。 ※生活困窮者自立支援制度の窓口	☎456-8141 月～金8:30～17:00(祝日・年末年始除く)
	生活支援課 (市役所内)	生活保護の相談、病気や失業等により収入がないなど、生活に困っている方の相談。	☎421-6696 FAX:483-2665 月～金8:30～17:00(祝日・年末年始除く)
	心配ごと相談 (社会福祉協議会内)	民生委員による、住民の日常生活上のあらゆる相談に応じ、適切な助言を行います。	☎487-2940 火・木13:00～16:00(祝日・年末年始除く)
	中核地域生活支援センター まるっと	地域で暮らす方々の総合相談窓口 ※千葉県から委託を受けている民間事業所です。	☎409-6161 FAX:409-6162 月～金9:00～18:00 (土日祝・時間外は転送電話で相談をお受けします。)
	消費生活センター	商品の購入やサービスの提供を受けたことにより、被害を受けたりした消費者からの相談を専門の相談員が受け付け、問題解決のための助言やあっせん、情報提供を行っています。	☎485-0559 月～金9:00～12:00 / 13:00～16:00 (祝日・年末年始除く)
障害	八千代市基幹相談支援センター そら	障害者と家族の困りごとの助言を行い、専門職が連携して虐待防止や権利擁護などを総合的に担う中核機関です。	☎482-0002 FAX:407-0239 月～金9:00～17:00(祝日・年末年始除く)
	障害者支援課 (市役所内)	障害のある方のサービス資源・社会福祉制度等の情報提供、手続きを行っています。	☎421-6741 FAX:483-2665 月～金8:30～17:00(祝日・年末年始除く)
健康	健康づくり課 (保健センター内)	身体や病気の心配ごとや相談。健(検)診結果の見方や栄養の相談。	☎483-4646 FAX:482-9513 月～金8:30～17:00(祝日・年末年始除く)
こころの健康	千葉県習志野保健所 (習志野健康福祉センター)	こころの健康、精神疾患、精神科医療、依存症（アルコール、薬物、ギャンブル等）、思春期精神保健、ひきこもりなど、精神保健福祉全般に関する電話及び面接による相談。 ※面接相談は予約制	☎475-5152 月～金9:00～17:00(祝日・年末年始除く)
	千葉県こころセンター (千葉県精神保健福祉センター)		●こころの電話相談 ☎043-307-3360 月～金9:00～18:30 ●依存症電話相談 ☎043-307-3781 月～金9:30～16:30 ●ひきこもり電話相談(千葉県ひきこもり地域支援センター) ☎043-307-3812 月～金9:30～16:30 (全て祝日・年末年始除く)
	千葉いのちの電話	自殺をはじめとする精神的危機に直面し、助けと励ましを求めている方の電話・メール・対面相談。	☎043-227-3900(365日24時間) ※時間に変更がある場合、ホームページにてご案内します。 メール・LINE <a href="https://www.chiba-inochi.jp">https://www.chiba-inochi.jp</a> 対面相談【予約制】月・火・木・土 予約専用☎043-222-4331 平日9:00～17:00

L G B T Q	よりぞいホットライン	性的指向(好きになる性)や性自認(自分の認識する性別)に関するお悩みについての相談。SNSチャット相談もあります。	☎0120-279-338 24時間フリーダイヤル ガイダンスが流れたら「4」を押してください。セクシュアルマイノリティ専用ラインにつながります。 【SNSチャット相談】返答は月・金・日 16:00~22:00 <a href="https://form.comarigoto.jp/sexual_minority">https://form.comarigoto.jp/sexual_minority</a>
	千葉県LGBTQ相談	県内のLGBTQ当事者の方やそのご家族、学校や職場などで当事者に接する方が抱える不安や悩みなどについての相談。LINE相談もあります。	☎0120-311-556 LINE:ここから友達追加→ 第1・3・5火曜日18:00~22:00 第2・4土曜日13:00~17:00
女性	女性サポート相談 (男女共同参画センター)	家族や職場、対人関係、生き方など、あなたのつらい思いを女性の専門相談員がお聞きします。日常のモヤモヤとした悩みを話してみませんか。	☎485-8800 【予約受付】平日9:00~17:00 【相談日】毎週水曜日10:00~15:00(祝日・年末年始除く) 対面相談(電話相談も可)1回50分以内 1年度原則5回まで
法律	コミュニティ推進課 (市役所内)	相続・離婚・債務整理・近隣トラブルなどの法律問題について弁護士との面談による相談。	☎421-6718 (自治振興班) 【予約制】相談開催日1か月前から(祝日・年末年始除く) 第1~4火曜日9:30~12:00 第1~4金曜日13:00~15:30 第2水曜日14:00~16:30
	社会福祉協議会		☎483-3021 【予約制】第1・3水曜日13:00~16:00(祝日・年末年始除く)
高齢者	地域包括支援センター ※窓口は居住地により異なる。	介護や老後の心配、健康や医療、福祉、その他生活全般の悩みに関する総合相談。 勝田台 ☎481-3515 FAX:481-3522 / 八千代台 ☎406-5576 FAX:406-5725 / 阿蘇・睦 ☎488-9525 FAX:488-9526 / 高津・緑が丘 ☎489-4655 FAX:489-4377 / 村上 ☎405-4177 FAX:405-4178 / 大和田 ☎484-6611 FAX:484-6612 月~金8:30~17:00(祝日・年末年始除く。休日・夜間等において、虐待、はいかい等の緊急のご相談は、電話転送または担当者からの折り返し連絡にて対応します。)	
子育て	母子保健課 「こども家庭センター」 (保健センター内)	妊娠・出産・子育てや、主に就学前の子どもと保護者の健康に関する相談。	☎482-9533(相談専用)・ 486-7250 FAX:482-9513 月~金8:30~17:00(祝日・年末年始除く)
	子ども家庭相談課 「こども家庭センター」 (市役所内)	18歳未満の子どもとその家庭(妊産婦含む)の相談、児童虐待に関すること。	☎484-2954・421-6755 FAX:482-9094 月~金9:00~17:00 (祝日・年末年始除く)
	児童家庭支援センター 子ども未来サポートセンター やちよ	子どものしつけや発達のこと、学校や家庭での困りごとなど、18歳未満の児童とその家庭の相談。	☎409-5551 FAX:409-5552 毎日9:00~17:00 メール: kodomoirai-yachiyo@houyukai.or.jp
	子ども・家庭110番	虐待・しつけ・教育・知的障害などの18歳未満の児童に関するあらゆる相談。	☎043-252-1152 毎日8:30~20:00 (虐待相談・通告24時間・365日)
ひとり親家庭	ひとり親家庭相談	生活支援や経済的支援を必要とするひとり親家庭等に関する相談。	☎421-6753 月~金8:30~17:00(祝日・年末年始除く)
犯罪被害	公益社団法人 千葉犯罪被害者支援センター	犯罪により心身に傷を負われた被害者、そのご家族・ご遺族の方の相談。	☎043-225-5450 FAX:043-225-5453 月~金10:00~16:00(祝日・年末年始除く)
	NPO法人千葉性暴力被害支援センター ちさと	性犯罪・性暴力被害を受けた方やご家族等のための支援(医療、相談、カウンセリング、警察、司法など)。	☎043-251-8500 月~金9:00~21:00 / 土9:00~17:00 (祝日・年末年始除く。緊急支援は365日24時間)
	コミュニティ推進課 (市役所内)	犯罪被害者等が日常生活又は社会生活を円滑に営むことができるよう、必要な情報の提供・助言・関係機関等との連絡調整をおこなう。	☎421-6718 (自治振興班) 月~金8:30~17:00(祝日・年末年始除く)