



「生きる」を支える相談窓口一覧



どうしていいかわからないとき・・・
ひとりで悩まないで、まず電話を

令和6年1月 現在

分類	相談内容	相談窓口名称	電話番号		
自殺予防	死にたくなるほどのつらい気持ちを聞いてもらいたい時	LINE相談「いのちのほっとライン@かながわ」	「いのちのほっとライン@かながわ」検索		
		横浜いのちの電話（相談専用）	045-335-4343		
精神保健	統合失調症やうつ病、認知症、アルコール依存症、薬物依存症、ひきこもり等の相談・精神科医療機関の情報提供 こころとからだの健康相談	川崎いのちの電話（相談専用）	044-733-4343		
		自殺予防いのちの電話 毎日16:00～21:00 毎月10日8:00～翌11日8:00	0120-783-556		
		東京自殺防止センター（相談専用） 20:00～2:30（※月は20:30～2:30、火は17:00～2:30）	03-5286-9090		
		神奈川県精神保健福祉センター こころの電話相談 毎日24時間	0120-821-606		
		神奈川県鎌倉保健福祉事務所 保健予防課	0467-24-3900（代）		
		鎌倉市 市民健康課	0467-61-3946		
		鎌倉市 ひきこもり相談窓口 8:30～17:15（土日祝・年末年始を除く）	0467-61-2319		
		逗子市 障がい福祉課・国保健康課	046-873-1111（代）		
		葉山町 町民健康課（健康相談のみ）	046-876-1111（代）		
		葉山町 福祉課（精神保健）	046-876-1111（代）		
		青少年・子ども	18才未満の子どもに関する様々な相談	子ども家庭110番（中央児童相談所）9:00～20:00	0466-84-7000
			いじめ、不登校、体罰、対人関係トラ	<子ども専用>人権・子どもホットライン 9:00～20:00	0466-84-1616
児童虐待や子ども全般に関する相談	神奈川県鎌倉三浦地域児童相談所		046-828-7050（代）		
子どもと家庭に関する相談 （児童虐待通告も含む）	児童相談所虐待対応ダイヤル		189		
子どもの発達や障がいに関する相談	鎌倉市 こどもと家庭の相談室		0467-23-0630		
いじめに関する様々な悩みに対する相談	逗子市 子ども相談		046-871-8801		
不登校に関する相談	葉山町 子ども育成課（子ども相談ホットライン）		046-876-1135（直）		
いじめ・不登校・就学・家庭教育などの相談	逗子市 こども発達支援センター		046-872-6051		
少年の非行問題、犯罪やいじめ等の被害に関する相談	24時間子どもSOSダイヤル（24時間365日）		0120-0-78310 0466-81-8111		
ひきこもり・不登校・非行などの相談	不登校ほっとライン（県立総合教育センター） 平日8:30～21:00 土・日・祝8:30～17:15（12月29日～1月3日を除く）		0466-81-0185		
ひきこもりの相談	鎌倉市 教育センター相談室 9:00～17:00（土日祝・年末年始を除く）		0467-24-3386 0467-24-3495		
女性の健康相談	逗子市 教育研究相談センター（相談専用）平日9:00～16:00		046-872-2898 046-872-9498		
女性の悩み一般相談	葉山町 教育研究所		046-875-7296		
高齢者の健康・介護のこと、成年後見制度等高齢者全般	神奈川県警察「少年相談・保護センター」平日8:30～17:15		0120-45-7867 045-641-0045		
障害福祉全般の相談	子ども安全110番 フリーダイヤル(24時間) 児童虐待等の情報(平日8:30～17:15)		0120-604-415 045-651-0110		
障害についての相談、判定等	かながわ子ども・若者総合相談センター 火～日9:00～12:00 13:00～16:00 （月曜・年末年始を除く）		045-242-8201		
障害等支援を必要とする児童生徒の養育や教育に関する相談	神奈川県ひきこもり地域支援センター 火～日9:00～12:00 13:00～16:00 （月曜・年末年始を除く）		045-242-8205		
	神奈川県鎌倉保健福祉事務所 保健福祉課		0467-24-3900（代）		
	県立女性相談所（女性電話相談室） 平日9:00～16:40	0570-550-594			
	<DV相談>かながわ男女共同参画センター「かなテラス」	0466-27-2111			
	鎌倉市 女性のための相談窓口 平日10:00～13:00 14:00～16:30	0467-23-9311			
	逗子市 女性相談 平日9:30～12:00 13:30～16:00	046-873-5531			
	葉山町 町民健康課	046-876-1111（代）			
	鎌倉市 高齢者いきいき課 または 介護保険課	0467-23-3000（代）			
	逗子市 高齢介護課・国保健康課	046-873-1111（代）			
	葉山町 福祉課	046-876-1111（代）			
	各市町地域包括支援センター	各市町にお問い合わせください			
	鎌倉市 障害福祉課	0467-61-3974			
	逗子市 障がい福祉課	046-873-1111（代）			
	葉山町 福祉課	046-876-1111（代）			
	相談支援事業所	各市町にお問い合わせください			
	県立総合療育相談センター 療育課	0466-99-0211			
	発達教育相談（県立総合教育センター）	0466-84-2210			

分類	相談内容	相談窓口名称	電話番号
生活・福祉	生活保護の相談	鎌倉市 生活福祉課	0467-61-3972
		逗子市 社会福祉課	046-873-1111 (代)
	生活・福祉の心配事など	神奈川県鎌倉保健福祉事務所 保健福祉課 (葉山町対象)	0467-24-3900 (代)
		インクル相談室鎌倉 月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)	0467-46-2119
		鎌倉市社会福祉協議会	0467-23-1075
		逗子市社会福祉協議会	046-873-8011
葉山町社会福祉協議会	046-875-9889		
後見	高齢者や障害者の後見について	鎌倉市成年後見センター (鎌倉市民のみ) 月～金8:30～17:15	0467-38-8003
消費生活・多重債務	多重債務・消費生活のトラブル	鎌倉市 消費生活センター (相談直通) 平日9:30～16:00	0467-24-0077
		逗子市 消費生活センター 受付時間 毎週月・水・木・金9:30～16:00 (12時～13時除く)	046-873-1111 (代)
	葉山町 町民健康課戸籍相談係	046-876-1111 (代)	
法律	商品やサービスの契約トラブル	かながわ中央消費生活センター 月～金9:30～17:00 土9:30～16:30	045-311-0999
		鎌倉市 くらしと福祉の相談窓口 月～金8:30～17:00 (祝日・年末年始除く)	0467-61-3864
	法律相談	逗子市 市民協働課	046-873-1111 (代)
		葉山町 町民健康課	046-876-1111 (代)
		神奈川県弁護士会 横浜駅西口法律相談センター 月・火・木・金9:30～17:00 水9:30～20:45 土・日9:30～15:30	045-620-8300
		神奈川県司法書士会 一般法律相談 (電話相談) 水・金14:00～17:00	045-212-1201
資力の乏しい方のための無料法律相談	法テラス・サポートダイヤル 平日9:00～21:00 土曜9:00～17:00	0570-078374	
労働	労働者や事業主の皆様が抱える労働問題について	一般労働相談 (かながわ労働センター本所) 月～金8:30～12:00 13:00～17:15 (祝・休日・年末年始を除く)	045-662-6110 (直) 045-633-6110 (代)
		日曜労働相談 (かながわ労働センター本所) 日曜9:00～12:00 13:00～17:00 (年末年始を除く)	045-633-6110 (代)
	労働者のメンタルヘルス不調、過重労働による健康障害について	働く人の「こころの耳電話相談」 月・火17:00～22:00 土・日10:00～16:00	0120-565-455
	労働条件の悩みの相談	労働条件相談ほっとライン 月～金17:00～22:00 土・日・祝9:00～21:00	0120-811-610
企業経営	中小企業の経営相談	鎌倉商工会議所 中小企業支援課	0467-23-2563
		逗子市商工会	046-873-2774 (代)
		葉山町商工会	046-875-2810 (代)
犯罪・暴力・犯罪被害	暴力団に関する相談	神奈川県警察本部 暴力相談窓口 (暴力団対策課) 24時間	0120-797049
	児童虐待、子どもが被害者となる事件	子ども安全110番 (神奈川県警察) 24時間	0120-604-415
	性犯罪・性暴力被害	かならいん 24時間365日	#8891 045-322-7379
		かながわ犯罪被害者サポートステーション 月～土9:00～17:00	045-311-4727
	犯罪被害	法テラス 犯罪被害者支援ダイヤル 平日9:00～21:00 土曜9:00～17:00	0120-079714
		鎌倉警察署 住民相談係	0467-23-0110 (代)
	防犯、安全、犯罪に関する相談	大船警察署 住民相談係	0467-46-0110 (代)
		逗子警察署 住民相談係	046-871-0110 (代)
		葉山警察署 住民相談係	046-876-0110 (代)
		女性のためのDV相談窓口 月～金9:00～21:00 土・日9:00～17:00	0466-26-5550
		女性への暴力相談「週末ホットライン」土・日17:00～21:00 祝日9:00～21:00	045-451-0740
配偶者やパートナーからの暴力に関する相談	多言語による相談 月～土10:00～17:00	090-8002-2949	
	男性のためのDV相談 被害者の方の相談 月～金9:00～21:00	045-662-4530	
	男性のためのDV相談 DVに悩む方の相談 月・木18:00～21:00	045-662-4531	
	神奈川県鎌倉保健福祉事務所 環境衛生課	0467-24-3900 (代)	
薬物乱用などの相談	神奈川県精神保健福祉センター 依存症電話相談 月曜・火曜 13:30～16:30 (年末年始・祝日を除く)	045-821-6937	
	かながわ県民センター県民の声・相談室 平日9:00～12:00 13:00～16:00	045-312-1121 (代)	
交通事故	(公財)日弁連 交通事故相談センター神奈川県支部	045-211-7702	
	かながわケアラー電話相談 水・金10:00～20:00 日10:00～16:00 (祝・休日・12月29日～1月3日を除く)	045-212-0581	
その他	ケアに関する様々な相談	神奈川県精神保健福祉センター 自死遺族電話相談 水・木13:30～16:30 (年末年始・祝日を除く)	045-821-6937
		エバーグリーンの集い (東京自殺防止センター)	03-3207-5040 (案内)
	自死遺族の集い・情報提供	警察への相談 (神奈川県警察本部警察総合相談室)	#9110 045-664-9110
	困りごと全般		