

生きるのがつらいと思ったときなどの悩み

電話・面接・SNS相談

チャイルドライン

対象 18歳までの子ども

主催 NPO法人
チャイルドライン支援センター

電話 **0120-99-7777**
毎日16時～21時

チャット



こころの健康電話相談

0570-064-556

対象 どなたでも
主催 こころの健康相談
統一ダイヤル

静岡いのちの電話

054-272-4343
0570-783-556

対象 どなたでも
主催 静岡いのちの電話

#いのちSOS

0120-061-338

対象 どなたでも
主催 NPO法人自殺対策支援
センター ライフリンク

よりそいホットライン

0120-279-338

対象 どなたでも
主催 一般社団法人 社会的
包括サポートセンター

すみれ相談

054-286-9245

対象 自死で大切な方
を亡くされた方
主催 静岡県精神保健
福祉センター

働く人のメンタルヘルス
・ポータルサイト「こころの耳」



対象 働く方やご家族
企業の人事労務
担当者
主催 厚生労働省

まもろうよ こころ

対象 どなたでも
主催 厚生労働省



静岡県うちあけダイヤル

LINE

対象 県内在住の39歳
以下の若者
主催 静岡県



あなたのいばしょ

チャット

対象 どなたでも
主催 NPO法人
あなたのいばしょ



生きづらびっと

対象 どなたでも
主催 NPO法人
自殺対策支援センター
ライフリンク

LINE



チャット



BONDプロジェクト

対象 10代20代の
女性
主催 NPO法人
BONDプロジェクト

LINE



なやみの相談窓口一覧

家庭・子ども・若者の悩み

妊婦相談・赤ちゃん相談・乳幼児健康相談

妊娠中の生活、乳幼児の
発育・発達、子育てや栄養の相談
牧之原市役所 健康推進課
0548-23-0027

静岡県子ども・家庭110番

子ども・子育ての悩み
不安の相談
中央児童相談所
054-273-4152

遺児・孤児のための心のケアプログラム 奨学金（高校・大学）

親を亡くした小中学生のつどいや高校・大学の奨学金などの支援
一般財団法人あしなが育英会
あしながレインボーハウス
042-594-2418
rainbow@ashinaga.org

ひとり親の相談

ひとり親等に対して、就業相談、就業情報の提供、就労支援等を行う
ひとり親サポートセンター
054-284-0008

児童・生徒からの相談

小学生・中学生・高校生の悩みの電話相談
24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310
(24時間対応)

職業・就労の悩み

総合労働相談

パワハラ、セクハラ、いじめ、労働条件など、労働に関する相談全般
島田労働基準監督署
(総合労働相談コーナー)
0547-41-4909

支援情報検索サイト

どこに相談したらいいかわからない時は支援情報検索サイトにて地域別、方法別、悩み別に相談窓口を検索できます

牧之原市民向け

令和8年4月現在

子育て相談

子どもの発育・発達、子育て全般に関する相談
牧之原市役所 福祉相談課
0548-23-0083

家庭児童相談

児童虐待、育児不安、非行、不登校、養育環境などに関する相談
牧之原市役所 福祉相談課
0548-23-0086

子どもグリーフサポート

身近な人を亡くした子ども・保護者の相談
子どもグリーフサポート浜松
sasaki@izoku-center.or.jp

いじめ・不登校の相談

いじめや不登校などで困ったりした時の相談
牧之原市役所 学校教育課
0548-53-2645
牧之原市教育支援センター「フルール」
0548-23-0093
牧之原市役所 福祉相談課
0548-23-0086

こどもの人権相談

こどもの発する信号をキャッチし、その解決に導くための相談
こどもの人権110番
0120-007-110

職業相談

就業・転職に関するサポート、職業訓練の申込、失業保険等
ハローワーク榛原
0548-22-0148

中小企業者支援

創業・経営に関する相談、補助金の案内等
牧之原市商工会
0548-52-0640



健康・生き方の悩み

精神保健相談

こころの病気についての相談

静岡県中部健康福祉センター
054-644-9281
静岡県中部健康福祉センター榛原分庁舎
0548-22-1151

医療の相談

受診科の相談、退院(在宅・転院・施設入所)、退院後の生活、医療費や生活費などの経済的なことについての相談

榛原総合病院
患者支援センター
0548-22-7301

こころとねむりの健康相談

眠れない、気分が沈む等、心配なこと

牧之原市役所 健康推進課

総合健康相談・もの忘れ相談

こころや身体の健康に関すること、物忘れや認知症に関する相談

0548-23-0024

依存相談(薬物・アルコール・ギャンブル等)

薬物・アルコール・ギャンブル等の依存症に関する悩みを抱える方及びご家族の相談

静岡県
精神保健福祉センター
054-286-9245

女性相談

家族や職場など、女性を取り巻く様々な問題や悩み等の相談

牧之原市役所 福祉相談課
0548-23-0086
あざれあ女性相談
054-272-7879

性暴力被害の相談

性犯罪・性暴力に関する相談・支援

静岡県性暴力被害者支援センターSORA
対応時間:24時間365日
#8891(通話無料)

男性相談

家族や職場など、男性を取り巻く様々な問題や悩み等の相談

あざれあ男性電話相談
054-272-7880

女性の人権相談

女性をめぐる様々な人権問題の電話相談

女性の人権ホットライン
0570-070-810

性のあり方に関する相談

性のあり方に関する困りごとについての相談

ふじのくにLGBT電話相談
0120-279-585

ひきこもり相談

ひきこもりに悩む方と家族等の相談

牧之原市役所 社会福祉課
0548-23-0070
静岡県中部健康福祉センター 中部健康福祉センター榛原分庁舎
054-644-9281 0548-22-1151
静岡県精神保健福祉センター ひきこもり専用相談窓口
054-286-9219

静岡県若者こころの悩み相談窓口

40歳未満の若者のこころの悩みに関する電話相談

静岡県障害福祉課
0800-200-2326

高齢者・介護・成年後見の悩み

介護相談 認知症相談 高齢者虐待予防相談

要介護認定の申請や介護サービスについての相談、認知症、虐待、高齢者福祉に関すること

65歳以上の高齢者に関する医療や介護、認知症、虐待等に関する総合相談

地域包括支援センター さがら **0548-53-1900**

牧之原市役所 長寿介護課
0548-23-0076

地域包括支援センター オリーブ **0548-22-8822**

地域包括支援センター さんいく **0548-23-3600**

成年後見制度に関する相談

認知症や知的・精神障がいなどで判断能力が不十分な人の財産管理や契約などに関する相談

成年後見サポートセンター
0548-52-3500

生活困窮・障がいの悩み

生活困窮の相談

経済的に生活に困っている方の相談

牧之原市役所 社会福祉課
0548-23-0070

障がいの相談・障がい者虐待予防相談

身体・知的・精神の各障がいに関する相談(各障がいの方に対応する相談)

牧之原市役所 社会福祉課
0548-23-0072
生活支援センター やまばと **0548-23-0073**
相談室こころ 牧之原 **0548-22-5529**
生活支援センター つばさ **0548-53-2610**

生活困窮者自立支援事業(就労支援・家計改善支援)

経済的に困りの方への様々な相談、自立のための計画的な支援

牧之原市社会福祉協議会

0548-52-3500

生活福祉資金の貸付相談

低所得者、障がい者等が生活に必要な資金の貸付に関する相談

日常生活・消費生活の悩み

一般相談・心配ごと相談

日常生活の中での困りごとや悩み、分からないことなどの相談

牧之原市役所 市民相談センター
0548-23-0088

暮らしなんでも無料相談

日常生活でのトラブルや悩みごと、困ったことなどの相談

ライフサポートセンターしずおか 中部事務所
054-273-3715

法律相談

弁護士などによる相続や遺産分割、離婚、多重債務などの相談

牧之原市役所 市民相談センター
0548-23-0088

弁護士などによる相続や遺産分割、離婚、多重債務などの相談

静岡県弁護士会(静岡支部) **054-252-0008**
法テラス静岡 **0570-078-321 050-3383-5400**

人権相談

【法務局・人権擁護委員】差別・虐待・いじめ・DV・ハラスメント・誹謗中傷等、様々な人権相談

LINEじんけん相談
みんなの人権110番
0570-003-110



消費生活相談

専門の相談員が、商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問合せ対応

牧之原市役所市民相談センター(消費生活センター) **0548-23-0088**
消費者ホットライン **局番なし188**
静岡県中部県民生活センター **054-202-6006**