

4. 各相談機関窓口について

こころの悩みの相談 自殺に対する相談

2 よこすか障害者地域活動支援センター アメグスト

(電話 046-852-3743 (事務電話)
046-852-3724 (相談専用))

○所在地=238-0022

横須賀市公郷町5-32

○相談日時=火、金を除く毎日/

12時~14時 (予約面接相談)

14時~19時 (予約なしの面接相談)

12時~19時 (電話相談)

○相談方法=電話、来所

○相談対象者=主に精神障害のある方、
心の悩みのある方

○予約の有無=有 (予約面接相談のみ。
それ以外は無)

○相談費用=無料

○ホームページ

<http://amegusto.blog38.fc2.com>

心の悩みに関する相談、制度に関する情報提供、
関係機関と連携しての生活支援など。ご家族か
らの相談もお受けします。

1 横須賀市保健所 精神保健福祉相談 (電話) 046-822-4336

○所在地=238-0046

横須賀市西逸見町1-38-11

ウェルシティ市民プラザ3階

(保健所健康づくり課精神保健福祉担当)

○相談日時=月~金/8時30分~17時

(祝祭日及び年末年始を除く)

○相談方法=電話、来所、メール

○相談対象者=本人、家族

○予約の有無=面接、訪問相談の場合は、
事前予約が必要

○相談費用=無料

○ホームページ

<http://www.city.yokosuka.kanagawa.jp/mental/index.html>

○メールアドレス

seisin-hchp@city.yokosuka.kanagawa.jp

うつ病などこころの悩みに関する相談、自死遺
族の相談や、訪問を行っています。必要に応じ
て、他相談機関の紹介も行っています。

3 神奈川県精神保健福祉センター こころの電話相談

(電話) 045-821-8822

○所在地=233-0006

横浜市港南区芹が谷2-5-2

○相談日時=月~金/9時~12時、13時~16時

(祝祭日及び年末年始を除く)

○相談方法=電話

○相談対象者=神奈川県全域(横浜市、川崎
市を除く)に在住、在勤の方

○予約の有無=無

○相談費用=無料

○ホームページ

<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/15/1590/soudanka.html>

こころの健康についての相談(例えば、「精神
的な病気か?」「うつ病の治療方法は?」「医
療機関を紹介してほしい」等)

4 東京自殺防止センター
(電話) 03-3207-5040 (事務局) /
03-5286-9090 (相談専用)

○所在地=169-0072
東京都新宿区大久保3-10-1
(NPO法人
国際ビフレンダース東京自殺防止センター)

○相談日時=年中無休 /20時~翌6時

○相談方法=電話、来所
○相談対象者=人生における種々の苦しみにより自殺を考えている人
○予約の有無=無 (但、来所の場合、事務へ予約がよい)

○相談費用=無料
○ホームページ
<http://www1.odn.ne.jp/~ceq16010/>
○メールアドレス
bispctook@blue.ocn.jp

英国「国際ビフレンダース」加盟のボランティア団体として、人生に於ける苦悩孤独絶望抑うつ悲観等により自殺の意思を示すなど危機が迫っている人に対して、電話等を通じ感情的な支え支援を行い自殺防止を図ることを目的。

**こころの電話
いのちの電話**

5 横須賀こころの電話
(電話) 046-830-5407 (相談専用)

○相談日時=年中無休
平日/17時~24時
土日祝日/9時~24時

○相談方法=電話
○相談対象者=市内在住、在勤、在学
○予約の有無=無
○相談費用=無料
○ホームページ
<http://www16.ocn.ne.jp/~yokoden/>

色々な悩みがあっても、私の気持ちを聴いてくれない。今の気持ちを受け止めて欲しい。そんな時に、あなたのお気持ちに沿って、お話を聴かせて頂きます。

※ 研修を受けた市民ボランティアの相談員が話を聴かせて頂きます。匿名でお話を伺いますので、固く秘密は守られます。

6 横浜いのちの電話
(電話) 045-333-6163 (事務局)
045-335-4343 (相談専用)
045-332-5673 (FAX相談・事務局)

○所在地=240-8691
横浜市保土ヶ谷郵便局私書箱32号

○相談日時=年中無休/24時間
(FAX相談は月~土/9時~17時)

○相談方法=電話
○相談対象者=無
○予約の有無=無
○相談費用=無料
○メールアドレス
yind6163@seagreen.ocn.ne.jp(事務連絡のみ)

「いつでも、誰でも、どこからでも」を標榜して悩みごとの相談に対応。24時間年中無休の体制で相談員は所定の研修を経て認定を受けた者が担当する。聴覚障害者のために月~土(9時~17時) FAXにより相談に対応。

7 川崎いのちの電話

(電話) 044-434-0253(事務局)
044-733-4343(相談専用)

○所在地=211-8690
川崎市中原郵便局 私書箱17号

○相談日時=年中無休/24時間

- 相談方法=電話
- 相談対象者=無
- 予約の有無=無
- 相談費用=無料
- ホームページ

<http://www8.plala.or.jp/kwinochi/>

様々な悩みを抱えながら、身近に相談する人もなく苦しんでいる方々からの電話が増えています。自殺念慮を訴える方もあり、ボランティア相談員も共に悩みつつお話を聴かせていただいています。相談内容は限定していません。

※2007年9月10日～2008年3月10日まで、毎月10日午前8時～翌日8時まで、自殺予防いのちの電話を実施します。

TEL 0120-738-556(無料)

8 いのちの電話

(電話) 03-3263-5794(事務局)
03-3264-4343(相談専用)
(FAX) 03-3264-8899
(聴覚・言語障害者相談専用)

○相談日時=年中無休/24時間

- 相談方法=電話
- 相談対象者=無
- 予約の有無=無
- 相談費用=無料
- ホームページ

<http://www.inochinodenwa.or.jp/>

困難や危機にあって誰ひとり相談できる人なく自殺などさまざまな精神危機に追い詰められた人達に再び生きる喜びが見出されることを願いつつ、よき隣人として、年中無休24時間休みなく電話を受けております。

※相談者は名前を名乗る必要はなく、秘密は守られます。相談者は所定の研修を修了した認定者です。

9 Tokyo English Life Line / 東京英語いのちの電話

(電話) 03-5774-0992 (英語のみ)

○相談日時=年中無休/9時～23時

- 相談方法=電話 (英語のみ)
- 相談対象者=英語で悩みの相談
生活情報希望者
全国の日本人・在日外国人対象

- 予約の有無=無
- 相談費用=無料
- ホームページ

<http://www.telljp.com>

- ・ ストレスやうつなどの心の悩み
- ・ 異文化適応の問題
- ・ 自殺思考
- ・ 夫婦や家族
- ・ 職場や学校での人間関係
- ・ 男女や性
- ・ 医療・法律
- ・ 日常生活情報など

※電話相談は英語のみです。

10 TELLコミュニティ・ カウンセリング・サービス

(電話) 03-3498-0231 (英語)
03-3498-0232 (日本語)

○所在地=107-0062
東京都港区南青山5-4-22

○相談日時=月～金/10時～17時

- 相談方法=電話
- 相談対象者=より綿密な心のケアの希望者
関東近郊の日本人
在日外国人対象

- 予約の有無=事前予約が必要
- 相談費用=有料 (相談者の負担能力に応じ料金設定。一部料金補助の制度あり)

○ホームページ
<http://www.telljp.com>

ストレス、うつ、虐待、薬物依存、摂食障害、自殺思考、異文化適応など

※面接のカウンセリング相談は英語・日本語・その他の言語で行っています。

労働者のこころの 相談

11 働く人の相談窓口 (電話) 046-828-1633

- 所在地=238-0041
横須賀市本町3-27
(財)横須賀市産業振興財団)
- 相談日時=火、金/9時~17時30分
(祝祭日及び年末年始を除く)
- 相談方法=来所
- 相談対象者=横須賀市在住、在勤者
- 予約の有無=要
(予約受付は、月~金/9時~17時30分)
- 相談費用=無料
- ホームページ
<http://www.tmc-world.co.jp/sanpura/>
- メールアドレス
plaza3@marble.ocn.ne.jp

職場の人間関係、仕事のこと、パワーハラスメント、セクハラ、転職など働くことに関連する相談だけでなく、家族問題など、どのような相談でも受け付けています。部下のことなど、管理職からの相談も受け付けています。
※相談に来たことや、内容の秘密を厳守しています。

12 神奈川県横須賀三浦地域 県政総合センター 労働課 (電話) 046-823-0427

- 所在地=238-0006
横須賀市日の出町2-9-19
- 相談日時=月~金/8時30分~17時15分
(祝祭日及び年末年始を除く)
- 相談方法=電話、来所
- 相談対象者=一般市民
- 予約の有無=無
- 相談費用=無料
- ホームページ
<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/yokosan/ac/shoukouroudou/roudou/roudousoudan1.htm>

解雇、リストラ、倒産、賃金、労働時間、休暇、配転、出向、退職、懲戒、労働保険、いじめ、パワーハラスメント、セクハラ、労働組合等職場における労働問題、パート、派遣、契約社員等、雇用形態にかかる相談。

※来所の際は、関係書類等を持参いただけると相談しやすい場合があります。

13 総合労働相談コーナー (電話) 046-823-0858

- 所在地=237-0072
横須賀市長浦町1-1609
(横須賀労働基準監督署)
- 相談日時=月~金/8時30分~17時15分
(祝祭日及び年末年始を除く)
- 相談方法=電話、来署
- 相談対象者=労働者全般
- 予約の有無=無
- 相談費用=無料

総合労働相談コーナーでは、労働条件(長時間労働など)、募集・採用、男女均等取扱い、セクシャルハラスメント、いじめなど労働問題に関するあらゆる分野について、面接あるいは電話でお受けいたします。

14 神奈川県横浜労働センター
働く人のメンタルヘルス相談室
(電話) 045-633-6110 (内2707)

- 所在地=231-8583
横浜市中区寿町1-4
かながわ労働プラザ2階
(神奈川県横浜労働センター)
- 相談日時=火/13時30分~16時30分
(祝祭日及び年末年始を除く)
- 相談方法=来所
- 相談対象者=仕事や職場の人間関係で
悩んでいる方
- 予約の有無=要
- 相談費用=無料
- ホームページ
<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/06/1480/consult/mental.html>

職場の人間関係や仕事の内容など働く人の「心の悩み」について専門家が面接します。ご本人のほか、会社の上司・同僚、ご家族からの相談にも応じます。

※電話相談は行っておりません。1回の相談時間は、約50分です。

15 神奈川産業保健推進センター
(電話) 045-410-1160

- 所在地=221-0835
横浜市神奈川区鶴屋町3-29-1
第6安田ビル3階
- 相談日時=月~金/13時~17時30分
(祝祭日及び年末年始を除く)
- 相談方法=電話、来所、メール
- 相談対象者=事業者、企業の産業保健スタッフ、人事担当労務者など
- 予約の有無=有(来所相談は要予約)
- 相談費用=無料
- ホームページ
<http://www.sanpo-kanagawa.jp/>
- メールアドレス
sanpo14@kba.biglobe.ne.jp

産業医、心療内科医などの専門家が相談に応じています。

16 横浜労災病院
勤労者 心の電話相談
(電話) 045-470-6185

- 所在地=238-0046
横浜市港北区小机町3211
横浜労災病院
- 相談日時=年中無休/14時~20時
- 相談方法=電話、メール
- 相談対象者=勤労者及びその家族
- 予約の有無=無
- 相談費用=無料
- メールアドレス
mental-tel@yokohamah.rofuku.go.jp

仕事の上での悩みや相談を行っています。
(診断や治療ではありません。)

17 関東労災病院
勤労者 心の電話相談
(電話) 044-434-7556

- 所在地=211-8510
川崎市中原区木月住吉町1-1
- 相談日時=月~金/14時~20時
(祝祭日及び年末年始を除く)
- 相談方法=電話
- 相談対象者=原則勤労者本人
状況に応じて上司、同僚、家族
- 予約の有無=無
- 相談費用=無料
- ホームページ
<http://www.kantoh.rofuku.go.jp>

経験豊富な専門カウンセラーが働く人々の仕事に関するストレスや悩みに対して気軽に電話相談に応じます。問題点を指摘したり、適切なアドバイスを行うことにより、相談者自身が心の問題を解決するのを手助けさせていただきます。

18 横浜弁護士会 総合法律相談センター
働く人の法律相談
(電話) 045-211-7700

○所在地=231-0021
横浜市中区日本大通9

○相談日時=月、木/14時~15時30分

○相談方法=来所

○相談対象者=一般市民

○予約の有無=有

(予約時間:月~金10時~12時、13時~16時)

○相談費用=有(7,875円/45分内)

○ホームページ

<http://www.yokoben.or.jp/>

○メールアドレス

info@yokoben.or.jp

解雇、サービス残業、労働災害、過労死、労働条件など、労働者に関する相談等を行っています。

19 健康相談窓口
(電話) 046-822-3053

○所在地=238-0015
横須賀市田戸台36-1
(三浦半島地域産業保健センター)

○相談日時=月~金/13時~15時
(祝祭日及び年末年始を除く)

○相談方法=電話、来所、事業場訪問

○相談対象者=50名未満の小規模事業場で働く
事業主及び労働者

○予約の有無=有

○相談費用=無料

