

各種相談窓口一覧表(熊本市)

令和2年9月現在

分野	相談内容	窓口名	電話番号(相談)	実施時間 (特記がない場合は、土日、祝日、年末年始を除く平日のみ)
1. こころの悩みに関する相談	こころの悩み、精神疾患について、アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存について	熊本市こころの健康センター	096-362-8100	9:00~16:00
	心身の悩みについて「だれでも・どこからでも・どんなことでも」自由に相談できます。	熊本こころの電話	096-285-6688	11:00~18:30(年中無休)
	誰にも相談できず、生きる希望を失ったとき、一人で悩まず相談してください。	熊本いのちの電話	096-353-4343 0120-783-556	24時間(年中無休) 毎月10日
	こころの健康(自殺予防)に関する相談	こころの健康相談統一ダイヤル(厚生労働省)	0570-064-556	9:00~16:00 ※PHS電話、IP電話、プリペイド式携帯電話、列車公衆電話、海外からはつながりません。
2. ひきこもりの相談	概ね10代~40代のひきこもりに関するご相談	熊本市ひきこもり支援センター「りんく」	096-366-2220	9:00~16:00
3. 遺された方	自死(自殺)により大切な方を亡くされた方々が安心して悩みや苦しみを話せる場。	熊本市こころの健康センター 【自死遺族グループミーティング】 【個別相談】	096-362-8100	【自死遺族グループミーティング】 開催日:偶数月 第3木曜日 午後2時~4時 場所:ウエルパルクまもと1階 【個別相談】 開催日:予約制 場所:ウエルパルクまもと3階
		「きずなの会」 【自死遺族グループミーティング】 (地域生活支援センターなでしこ)	096-272-7214	奇数月第3火曜日 14:00~15:00
4. 消費者トラブルに関する相談	多重債務や商品及びサービスの契約などに関する相談	熊本市消費者センター	096-353-2500	9:00~17:00
	多重債務者生活再生支援を行っています。	グリーンコープ生活再生相談室 (グリーンコープ生協くまもと)	096-243-2100	9:30~18:00 (平日、第3土曜日)
	多重債務(クレジット、サラ金、ヤミ金等)に関する無料相談	クレジットサラ金110番 (熊本県青年司法書士会)	096-364-0800	月曜日・木曜日18:00~20:00
5. 法的トラブルに関する相談	法的トラブルに関する手続き案内	熊本地方裁判所	096-325-2121(代表)	8:30~17:00
	法的トラブル(家庭内の紛争)に関する手続き案内	熊本家庭裁判所	096-206-3534	9:00~16:00
	一般相談:5,000円(消費税別) 借金相談等:無料	熊本県弁護士会法律相談センター	096-325-0009 (要予約)	9:00~17:00 (予約受付)
	登記相談、悪質商法などの消費者問題、借金などの多重債務問題、成年後見などに関すること(ただし、登記・多重債務相談については無料)	熊本県司法書士会総合相談センター	096-364-2890 (共通予約電話)	9:00~17:00(予約受付)
	法的トラブルに関する相談に対し、適切な法制度、関係機関(法律相談・公的機関窓口等)の紹介	法テラス・サポートダイヤル	0570-078374 PHS、IP電話からは03-6745-5600	月曜日~金曜日9:00~21:00 土曜日9:00~17:00
	法的トラブルに関する相談	法テラス熊本	050-3383-5522	9:30~12:00 13:00~16:00

6. さまざまな悩みに関する相談	最寄のDV相談窓口を案内	内閣府 DV相談ナビ (全国統共通ダイヤル)	0570-0-55210	24時間
	DV・ストーカーに関する相談	熊本県警察本部警察安全相談室	096-383-9110 (#9110)	24時間
	DV・ストーカーに関する相談	熊本市DV相談専用電話	096-328-3322	月曜日～金曜日8:30～17:15
		中央区役所福祉課福祉相談班 (福祉相談支援センター)	096-328-2301	8:30～17:15
		東区役所福祉課福祉相談班	096-367-9127	9:00～16:00
		西区役所福祉課福祉相談班	096-329-5403	
		南区役所福祉課福祉相談班	096-357-4129	
		北区役所福祉課福祉相談班	096-272-1118	
		熊本県女性相談センター (DV専用電話)	096-381-7110	平日 8:30～22:00 土日祝祭日 9:00～22:00 ※年末年始を除く
	妊娠に関する相談	熊本乳児院内	080-9068-7528 kumamotonyujiin.soudanshien@ezweb.ne.jp	24時間
性被害に関する相談	性被害相談電話	#8103 096-384-1254 0120-8343-81(携帯不可)	24時間	
心理相談・DV法律相談・男女共同参画に関する法律相談	男女共同参画課	096-352-2587(予約専用電話)	月曜日～金曜日 10:00～16:00	
7. 子どもや若者に関する相談	障がいまたは障がいの疑いのある子どもに関する相談	熊本市子ども発達支援センター	096-366-8240	月曜日～土曜日8:30～17:15 (土曜日は電話相談のみ) ※面接相談(要予約)
	困っているとき、悩んでいるとき、嬉しいとき、なんとなく誰かと話したいとき、など	18歳までの子どもがかける電話 チャイルドライン (NPO法人チャイルドライン支援センター)	0120-99-7777 (通話料無料)	毎日 16:00～21:00
	いじめの問題や子どものSOS全般	熊本県24時間子どもSOSダイヤル	0120-0-78310	24時間
	子どもに関する相談全般(虐待、生活の乱れ、養護、障がい、性格行動・育て方、里親など)	熊本市児童相談所	096-366-8181	8:30～17:15
	39歳までの子ども・若者に関する相談(いじめ、不登校、子育て、家庭、将来など)	熊本市子ども・若者総合相談センター	TEL:096-361-2525 FAX:096-366-2558 メール: kodomosougousoudan@city.kumamoto.lg.jp	(電話相談) 年中無休24時間受付 (面接相談) 月曜日～金曜日8:30～17:15 ※予約優先 (ファックス相談)24時間受付 (メール相談)24時間受付 ※土・日・祝日、年末年始のファックス、メール相談は翌平日に返信
	非行問題やいじめなどの少年に関する悩みごとの相談	肥後っ子テレホン (熊本県警察本部少年課)	096-384-4976 0120-02-4976 (携帯不可) メール higokko@police.pref.kumamoto.jp	8:30～17:15

8. 若者の就労支援に関する相談	15歳から39歳の方とその家族	くまもと若者サポートステーション	096-365-0117 kumamoto.saposute@mica.dti.ne.jp	月曜日、水曜日～土曜日 10:00～17:00
	概ね35歳未満の方の就職に関する相談から職業紹介までを1か所で支援するワンストップセンター	ジョブカフェくまもと	096-382-5445 http://www.jobcafe-kumamoto.com	8:30～17:15
9. 労働に関する相談	一般求職者、子育て中の求職者の職業紹介、相談	くまジョブ ①熊本県地域共同就職支援センター ②マザーズハローワーク熊本	①096-211-1233 ②096-322-8010	①平日10:00～19:00 土曜日10:00～17:00 ②平日9:00～17:30
	職場でのトラブル等労使双方からの労働相談、保育や子育て情報、年金、住宅、生活資金等に関する生活相談及び就職活動の進め方に関するキャリアカウンセリング	熊本県しごと相談・支援センター (愛称:「くまジョブ(※)」) ①労働相談 ②生活相談 ③キャリアカウンセリング ※「くまジョブ」は、熊本県とハローワークが一体的に実施する施設の愛称です。	①096-352-3613 ②096-351-0500 ③096-352-0895	①平日9:00～19:00 土曜日10:00～17:00 ②(週1日/木) 13:00～17:00 ③平日9:00～17:00 土曜日10:00～17:00
	職場での男女差別やセクシュアルハラスメント、妊娠・出産による解雇や退職勧奨、育児・介護休業、パートタイム労働などの相談	熊本労働局雇用環境・均等室	096-352-3865	8:30～17:15
	解雇、いじめ、賃下げ、配置転換など、労働条件に関する相談	総合労働相談コーナー (熊本労働局)	096-352-3865	8:30～17:00
		総合労働相談コーナー (熊本労働基準監督署)	096-362-7100	8:30～17:15
10. 職場における心の悩み相談	働く上でのさまざまな悩みに関する相談	働く人の悩みホットライン (一般社団法人 日本産業カウンセラー協会)	03-5772-2183	15:00～20:00 (月曜日～土曜日)
11. 生活安全に関する相談	悪質商法の被害にあった方のための相談	熊本県警本部(悪質商法110番)	096-385-1110	8:30～17:15
		熊本県警察本部警察安全相談室	096-383-9110 (#9110)	24時間
	犯罪等による被害の未然防止等安全と平穏に関する相談	熊本中央警察署生活安全課	096-323-0110	8:30～17:15
		熊本南警察署生活安全課	096-326-0110	8:30～17:15
		熊本東警察署生活安全課	096-368-0110	8:30～17:15
		熊本北合志警察署生活安全課	096-341-0110	8:30～17:15
12. 犯罪被害者の支援に関する相談	犯罪被害者支援及び犯罪被害給付制度に関する相談等	熊本県警察本部(犯罪被害者支援室)	096-381-0110	8:30～17:15
犯罪被害者等の悩み、精神的被害の相談、警察や裁判所・病院への付添い等 専門相談として法律相談、心理相談もあります(要予約)	くまもと被害者支援センター (公益社団法人くまもと被害者支援センター)	096-386-1033 メール center@k-v-support.jp	10:00～16:00	
13. 犯罪被害者等支援案内窓口	犯罪被害者支援を行っている機関・団体との連携のもと、「その方が必要とされている支援」を行っている窓口を案内。	法テラス・サポートダイヤル (犯罪被害者支援ダイヤル)	0570-079714 (PHS・IP電話からは 03-6745-5601)	月曜日～金曜日9:00～21:00 土曜日9:00～17:00
		熊本市生活安全課	096-328-2397	8:30～17:15
	中央区役所総務企画課	096-328-2610		
	東区役所総務企画課	096-367-9121		
	西区役所総務企画課	096-329-1142		
	南区役所総務企画課	096-357-4112		
	犯罪被害者等支援に関する相談窓口の紹介や市役所における各種手続きの案内	北区役所総務企画課	096-272-1110	

14. 人権に関する相談	人権全般	熊本地方法務局人権擁護課	096-364-2145	8:30~17:15
	人権に関する相談 最寄の法務局にて対応	みんなの人権110番	0570-003-110	8:30~17:15
	いじめや虐待など子供の人権に関する相談全般	子どもの人権110番	0120-007-110 096-364-0415 (IP電話用)	8:30~17:15
	DV・職場差別・セクハラ・ストーカーなど	女性の人権ホットライン	0570-070-810 096-364-0417 (IP電話用)	8:30~17:15
	人権に関する相談	熊本県人権センター	096-384-5822	9:00~12:00,13:00~16:00
15. 難病・がん・高次脳機能障害に関する相談	難病に関する相談 (電話相談、面接相談、メール相談)	熊本県難病相談・支援センター	096-331-0555 FAX 096-369-3080 メール nanbyo-0555@extra.ocn.ne.jp	9:00~16:00
	がん診療連携拠点病院に設置されている相談支援センター	熊本大学医学部附属病院 がん相談支援センター	096-373-5676	8:30~17:15
		熊本赤十字病院 がん相談支援センター	096-384-2111(代表)	9:00~16:30
		済生会熊本病院 がん相談支援センター	096-351-8524 096-351-1022	8:30~17:00
		国立病院機構 熊本医療センター がん相談支援センター	096-353-6501(代表)	8:30~16:30
		熊本中央病院 がん相談支援センター	096-370-3111	8:30~17:15
		熊本地域医療センター がん相談支援センター	096-363-3311	8:30~17:00
		くまもと森都総合病院 がん相談支援センター	096-364-6021	8:30~17:00
		大腸肛門病センター高野病院 がん相談支援センター	096-320-6500	9:00~17:00
	がんに関する不安や悩みなどの相談(ただし、治療法に関する相談は除く)	がん相談ホットライン (熊本市医療政策課内)	096-364-3355	月曜日・木曜日 9:30~12:00 13:00~15:30
高次脳機能障害に関する相談	熊本県高次脳機能障害支援センター (熊本託麻台リハビリテーション病院内)	096-381-5142 http://kumamoto-kouji.jp/	9:00~12:00 13:00~16:00	
16. 福祉に関する相談	高齢者福祉、障がい者福祉、精神障がい者福祉などに関する相談	中央区役所福祉課	096-328-2311(高齢者福祉) 096-328-2313(障がい者福祉)	8:30~17:15
		東区役所福祉課	096-367-9127(高齢者福祉) 096-367-9177(障がい者福祉)	
		西区役所福祉課	096-329-5403	
		南区役所福祉課	096-357-4129	
		北区役所福祉課	096-272-1118	
	障がいのある方や、その家族からの様々な相談に応じています	指定相談支援事業所 ※一般相談・特定相談・障がい児相談支援事業所があります。詳しくは右記までお問い合わせください。	中央区福祉課 096-328-2311 東区福祉課 096-367-9177 西区福祉課 096-329-5403 南区福祉課 096-357-4129 北区福祉課 096-272-1118 障がい保健福祉課 096-328-2519	8:30~17:15
発達障がいがある方やその家族等からの相談・就労等に関する支援	熊本市発達障がい者支援センターみなわ	096-366-1919	8:30~17:15	

16. 福祉に関する相談

障がい者の人権及び権利擁護に関する相談。面接は予約が必要です。	熊本県障がい者人権権利擁護相談(障がい者110番)	096-354-4110	13:00~17:00
障がい者の虐待に関する相談	熊本市障がい者虐待防止センター	096-326-9111	24時間
<p>高齢者に関する相談</p> <p>熊本市高齢者支援センターささえりあ</p> <p>*お住まいの地域(小学校区)によって担当があります。</p>	ささえりあ 熊本中央 (壺川・城東・慶徳・一新・五福)	096-319-0222	<p>9:00~17:00 (センターにより、休日・開設時間が異なります。)</p> <p>※緊急時は、24時間対応。</p>
	ささえりあ 本荘 (向山・本荘・春竹)	096-221-3242	
	ささえりあ 浄行寺 (硯台・黒髪)	096-243-2233	
	ささえりあ 白川 (白川・大江・白山)	096-211-6011	
	ささえりあ 水前寺 (出水・出水南・砂取)	096-362-0065	
	ささえりあ 帯山 (託麻原・帯山・帯山西)	096-241-0230	
	ささえりあ 尾ノ上 (尾ノ上・東町・健軍東・山ノ内・月出)	096-331-6355	
	ささえりあ 保田窪 (西原・託麻西)	096-387-8201	
	ささえりあ 託麻 (託麻東・託麻北・託麻南・長嶺)	096-380-7078	
	ささえりあ 江津湖 (画図・健軍・泉ヶ丘)	096-214-6888	
	ささえりあ あさひば (秋津・若葉・桜木・桜木東)	096-360-5550	
	ささえりあ 三和 (高橋・池上・城山)	096-329-6743	
	ささえりあ 井芹 (城西・花園・池田)	096-311-5311	
	ささえりあ 花陵 (古町・春日・白坪)	096-247-6030	
	ささえりあ 金峰 (芳野・河内)	096-277-2588	
	ささえりあ 熊本西 (小島・中島)	096-329-2016	
	ささえりあ 富合 (富合)	096-358-5556	
	ささえりあ 幸田 (御幸・田迎・田迎南・田迎西)	096-370-5055	
	ささえりあ 熊本南 (力合・力合西・城南・川尻・日吉・日吉東)	096-358-7222	
	ささえりあ 飽田 (飽田東・飽田南・飽田西)	096-227-1695	
ささえりあ 天明 (中緑・銭塘・奥古閑・川口)	096-223-2660		
ささえりあ 城南 (杉上・隈庄・豊田)	0964-28-1131		
ささえりあ 植木 (植木・山本・田原・菱形・桜井・山東・吉松・田底)	096-272-6914		

16. 福祉に関する相談	高齢者に関する相談 熊本市高齢者支援センターささえりあ * お住まいの地域(小学校区)によって担当があります。	ささえりあ 北部 (川上・西里・北部東)	096-275-6355	9:00~17:00 (センターにより、休日・開設時間が異なります。) ※緊急時は、24時間対応。
		ささえりあ 清水・高平 (清水・高平台)	096-343-0170	
		ささえりあ 新地 (城北・麻生田)	096-288-4800	
		ささえりあ 武蔵塚 (龍田・龍田西・武蔵・弓削・楠・楡木)	096-339-8130	
	認知症などの様々な悩みに関する相談 若年者の認知症も気軽に相談ください。	認知症ほっとコール	096-355-1755	9:00~18:00 水曜日以外の毎日
17. 健康に関する相談	健康づくり、母子保健、成人保健、精神保健、歯科保健、栄養改善・食育推進などに関する相談	中央区役所保健子ども課	096-328-2419	8:30~17:15
		東区役所保健子ども課	096-367-9134	
		西区役所保健子ども課	096-329-1147	
		南区役所保健子ども課	096-357-4138	
		北区役所保健子ども課	096-272-1128	
18. その他	英語、中国語、韓国語、タガログ語、ドイツ語、スペイン語による相談	多言語相談 (熊本市国際交流会館2階 多文化共生オフィス)	096-359-4995 ※言語によって相談日が違いますのでお問い合わせください。	9:00~20:00 (第2、4月曜日は休館日)
	生活や暮らし、性暴力、DV、性別や同性愛、死にたいほどのつらい気持ちを聞いて欲しい、外国語による相談など	よりそいホットライン	0120-279-338	24時間
	多重債務をはじめとする生活困窮問題への支援活動や 多重債務の未然防止のための予防教育活動を行います。	消費者教育NPO法人 お金の学校くまもと	TEL・FAX 096-384-4453	留守番電話の場合はメッセージを残すかFAXでご連絡下さい。
	身寄りがいないことによる生活全般のお困りごと おしゃべり会 毎週水曜日午後ウェルパル1階あいぽーと	ひとり暮らしを支えあう NPO法人でんでん虫の会	096-297-8116	留守番電話の場合はメッセージを残しておいてください。後ほど折り返します。
	多重債務を中心とした生活再建の相談やギャンブル・買い物依存症に関する相談。ヤミ金などの悪質な取立てに関する相談	NPO法人熊本クレ・サラ被害をなくす会	096-351-7400	受付時間 10:00~16:00
	ホームレス及びそれに準ずる人々が自立して社会復帰するための支援活動を行います。	NPO法人くまもと支援の会	096-362-0339 0120-874-142(公衆電話のみ利用可)	10:00~16:00